یەکەمین گۆڤاری کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
لە کوردستاندا
39
لە پێناو گەلێکی خاوەن بڕیاردا



مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
ساڵی چوارەم ئابی - ٢٠١١

بۆچی من؟!

ڕەخنە ئاوێنەی بوون!

قەیران بگۆڕە به سەیران!

جەژن لە نێوان دوێنێ و ئەمڕۆدا

منداڵ و ئۆتیزم

ئەو سیفەتانەی ئافرەت حەز دەکات لە هاوسەرەکەیدا هەبن

ببە... بەڵام مەبە...!

Www.bryarmagazine.com



The first Magazine Specialized in Management and Human Development in Kurdistan



مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی

ساڵی چوارەم - ژمارە 39 - ئابی 2011

خاوەنی ئیمتیاز

ئەندازیار: مەسعود تاهیر ڕۆژبەیانی

سەرنووسەر

عادل محەممەد شێخانی

sarnosar@bryarmagazine.com

بەڕێوەبەری نووسین

بەرزان ئەبوبەکر

دەستەی نووسەران

هاژە شێروانی پەری شێخ کەریم

بێگەرد فارس محەممەد مێرگەیی

وەهاب حەسیب ئەسکەندەر ڕەحیم

محمد هاشم محمد

بەشی هونەری و دیزاین

قەیدار ڕەحیم

ڕاوێژکاری یاسایی

پارێزەر: ئازاد محێدین

بەشی ڕیکلام

07480112787

ناونیشانی گۆڤار

سلێمانی - شەقامی سالم -تەلاری جەمالی حاجی عەلی- نهۆمی سێیەم

نزیک پردی خەسرەو خاڵ

٣١٩٣٩٤٦ - ٠٧٧٠٢١٧٨٦٨٢

هەولێر ٠٧٥٠٤٤٦٣٢٣٠

E-mail: bryar@bryarmagazine.com

دابەشکردن: کۆمپانیای پەیک

٣٢٠٤٠٩٦ - ٠٧٧٠٨٦٤٩٢١٠

چاپ: کۆمپانیای پیرەمێرد

نرخ 2500 دینار



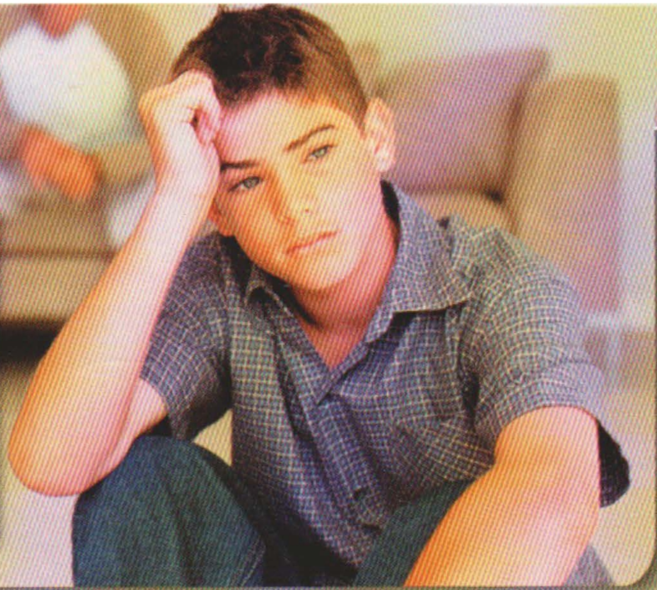
کەس لە ئێمە ناتوانێت

رابوردووی خۆی بگۆڕێت!!

بەڵام هەموومان دەتوانین

ئایندەمان بگۆڕین!!





له کوێوه دهست پێ بکهین؟!

بهداخهوه ئێمه بهشێکی زۆری کاتهکانمان، به باسو خواســی زهرورهتی گۆڕانو گۆڕینی هەموو سیســتهمو بهرنامهو ڕهوشــی ژیانو گــوزهرانو دامــودهزگا جۆراوجۆرهکانمــان بهســهر دهبهیــنو هــهر یهکهو کێشــهکان لــه ڕوانگهیهکــهوه دهبینێتو لهســهر ئهو بنهمایهش، چارهسهرهکان جیاوازن.

ئهمــهش دیاردهیهکــی سروشــتییهو دهکرێت سوود له هەموو ڕاو بۆچوونهکان وهربگیرێت.. بهڵام ئهوهی جێگای سهرنجه، خاڵــی دهســپێکردن دیاری نهکــراوه، بهم شێوهیهش ئهگهر ئێمه سهدهیهکی تریش، بــاس له گرفتو هــۆکارو بهربهســتهکان بکهیــنو ههنــگاوی عهمهلــی نهنێین بۆ چارهســهر، ئهوا ههر لــه جێگای خۆماندا دهمێنینــهوهو لــه بازنهیهکــی بهتاڵــدا بهیهکدا دێین!!

کۆمهڵــگا وهکــو لاشــهیهك وههایــه، بــه ههمــوو ئهنــدامو دامــهزراوهو نێوهندهکانییــهوه، ناکرێت گرهو لهســهر ئهندامێك، یا بهشێکیشی بکرێت بۆ گۆڕانو پێشکهوتنو ڕێنسانسو وهرچهرخان.

هاوکات ئهم پرۆسهیه بۆ ئهمڕۆ، یا بۆ سهردهمێکی دیاریکراو نییه.. بهڵکو دهبێت کۆمهڵگا، ههمیشه ڕۆحی زیندووبوونهوهو وهرچهرخانو بهرهو پێشچوونی تێدا بێت. دهبێــت ههموو تاکهکانیش بــێ جیاوازی هاوڕێی کاروان بنو دوانهکهونو پهیوهست بن به ڕێساو بنهماو ڕێورهسمهکانی ژیانو مامهڵهی شارستانییهوه.

گۆڕینی کۆمهڵگایهکی سهرهتاییو نامۆ به شارســتانیهتو ژیار، بــۆ کۆمهڵگایهکی ســهردهمیانهی هاوچــهرخو هــاوڕێ بــه پێشــکهوتنو مافــی مــرۆڤو کارکردن بۆ ئامانجی نیشتمانیی هاوبهشو کۆبوونهوه لــه دهوری بهرژهوهندییــه گشــتییهکانو بهرزڕاگرتنی بهها کۆمهڵایهتییه بهرزهکان، کارێکی ســهرپێیی نییهو بهرنامهو پلانو زهمهنو زهمینهی گونجاوی دهوێت..

خــۆ ئهگهر ڕێگای هــهزار میلیش، به ههنگاوێــك دهســت پــێ بکات، ئــهوا لهو کاتهوه ئهو ههنگاوهمــان بۆ دهژمێردرێت که ناومانه بهرهو ئامانجهکانمان! نهك لهو کاتهوه باسی لێوه دهکهین!

جێگای سهرسوڕمانه که ئێمه زۆرجار پهنجه بۆ کێشــهکانمان ڕادهکێشین، بهڵام تا ئێســتا جورئهتــی بڕیاردانمان نهبووه. ئهمه وێــڕای ئهوهی که دهبێت به ههموو بۆچوونه جیاوازهکانهوه، بگهینه ئهوهی که ئێمه گهشهپێدانێکی گشتگیرمان «التنمیة الشاملة» پێویســته، نهك تهنها قسهکردن لــه شــته لاوهکییــهکانو گهورهکردنــی شــته ســادهکان.. چونکه ئــهو کارهی که ئێمــه دهمانهوێت، له توانای کهســێك، یا دهزگایهکــدا نییه.. بهڵکــو دهبێت میللهت تێکڕا بڕیار بدات.

بۆ گهیشــتن بهو ئاڕاســته بــهرزه له هۆشــیاریدا، پێویســته متمانه به نهوهی نــوێ بکهیــنو ههمــوو وهســایلهکانیش بخهینه خزمهتیان.

جێگای خۆشــحاڵییه، چهند ســاڵێکه بووین به خاوهنی کۆلێژهکانی پهروهردهی بنهڕهتــیو نێوی خوێندنی ســهرهتاییمان گۆڕیــوه بــه بنهڕهتــی، بــهڵام دووبــاره ههمان کێشــه یهخهمان دهگرێت. ئهویش گرنگیدانه به نێو، زێتر له نێوهڕۆك.

ئهو پــهروهرده بنهڕهتییــه چییه که دهبێت نهوهکانی لهسهر پهروهرده بکهین؟ بۆئــهوهی فرچــك بــه ئــاکارو ڕهوشــتی شارســتانییهوه بگرنو تاکێکی ڕۆشنبیرو خــاوهن بههاو وڵاتپــهروهر بنو لهســهر شــانو مهچهکــی ئهوان، بــهردی بناغهی ژیــارو شارســتانیهتو دهوڵهتــی مۆدێرن دابمهزرێنن؟!

ئهو پهیــڕهوو پرۆگرامانــه چین که منداڵهکانمانی لهسهر پهروهرده دهکهین؟

ئێمــه چــۆن دهتوانیــن داوای ئاکاری شارســتانیو ڕێزگرتنــی یاســاو مامهڵهی پێشــکهوتووانه بکهین؟ له کاتێکدا ئێمه هیچمــان لهو شــتانه فێــری نهوهکانمان نهکــردووه، جگــه لــهوهی خۆشــمان پێشــهنگێکی خراپیــنو ئــهوهی دهیڵێین، خۆمان پیادهی ناکهین!!

ئهمه وێڕای ئهو ژینگه نادروســتهی کــه سیســتهمی کارگێــڕیو ئابــووریو کهناڵهکانی ڕاگهیاندن دروســتیان کردووه، که وهکو گهورهترین بهربهســت، به ڕووی پــهروهردهو ڕاهێناندا دهوهســتنو ئهوهی ڕۆشــنبیرانو دڵســۆزان ههوڵی بۆ دهدهن، ئهوان به هــهدهری دهبهنو دهیکهنه بڵقی سهر ئاو!

بــا ئــاکاره بــهرزهکان، ڕهوشــته شارســتانییهکان، مامهڵهو ههڵسوکهوتی میللهتانــی خــاوهن ژیــارو ســیفهتهکانی مرۆڤی پێشــکهوتوو مۆدێــرن، بهرنامهی خوێنــدنو فێربــوونو ڕاهێنانمــان بێتو لهســهری بژینو لهپێناو چهســپاندنیدا، ههموو ههوڵێك بخهینه گهڕ.

با له (دارا، دوو داری، دی)یهوه لهسهر ئهو ئــاکاره بهرزانــه، زمانمــان بپژێتو بهشێوهیهك خوویان پێوه بگرین، نهتوانین له خهویشدا دهستبهرداریان ببین.

چــۆن منداڵــی ژاپۆنییــهکان ناتوانن دهستبهرداری ببن؟ چونکه له قوتابخانهدا، لــه وانهی (خاوهنی ڕهوشــته بهرزهکان)دا دهیخوێنن. ئهگهر پهیوهســت نهبن دهبنه خاوهنی پێچهوانهکــهی!! که ههرگیز ئهو ڕێگایه به خۆیان نادهن!!

کارگێڕی بە گوفتار

ئەوەی سوپاسی خەڵکی نەکات،
سوپاسی پەروەردگاریش ناکات!

پێغەمبەر (د.خ)

سەرکردەی ئێوە ئەو کەسەیە، کە دەیەوێت وەک مرۆڤ بژین،
نەک ئەو کەسەی، کە ئێوەی بۆ خزمەتکاری ماڵەکەی دەوێت!

ئیبراهیم سەمعان

ئەگەر هەموو شتێکت بە گەلەکەت بەخشی،
بەڵام ئازادیت لێسەندنەوە، ئەوا هیچت پێنەداون!

تۆفیق ئەلحەکیم

من چیم کە بە دڵنیاییەوە تۆ بە هەڵە بزانم!

سارتەر

گەورەترین خیانەت، خیانەتە لە میللەت،
ناشیرینترین گزیش، گزییە لە میللەت!

عەلی کوڕی ئەبوتالیب

ئێمە وەک داری «سەندەل» واین،
کە ئەو تەورەش بۆنخۆش دەکات کە دەیبڕێتەوە!

حافزی شیرازی



قەیران بگۆڕە بە سەیران!

جوتیارێك زەوییەكی كڕیو هەموو هیواو ئاواتێكی خۆی پێوە گرێدابوو، دوای واژۆكردنی گرێبەستەكە، خێراو بە پەلە بەوپەڕی دڵخۆشییەوە، چوو بۆ بینینی زەوییەكەی، بەڵام كاتێك چاوی پێكەوت، تووشی سەرسوڕمانێكی چاوەڕوان نەكراو بوو!

زەوییەكی وشكو ڕەقەڵان، نە بە كەڵكی كشتوكاڵ دێت، نە بۆ ئاودێری و جوتیاری دەست دەدات. هاوكات پڕبوو لە ماری ژەهراوی، بەشێوەیەك كە قەڵاچۆ نەدەكرا!

كابرای جووتیار بە هێمنی دەستی كرد، بە بیركردنەوەو وردبوونەوە لەم ڕووداوە، دواتر خۆی لە بەرامبەر دووڕیانی چارەسەرێكدا بینییەوە، یان دەبێت تەسلیم بەم بارودۆخە بێتو بە دەست ئازارو خەفەتی ئەم شكستەوە بتلێتەوە، تا عەقڵی لە دەست دەدات، یان دەبێت ئاراستەی بیروبۆچوونی بەرەو گۆشەیەكی تر بگۆڕێت!

ئەمیش ڕێگەی دووەمی هەڵبژارد! پاش بیركردنەوەو تێڕامانێكی كەم، بیرۆكەیەكی سەیری بە خەیاڵدا هات؛ بڕیاری دا، كە ئەو كێڵگەیە بكات، بە شوێنی پەروەردەكردنی مارو سوود لە ژارو چەرمەكەی وەربگرێت!

دەستی بە پرۆژەكەی كردو بۆ فرۆشتنی ژاری مارەكان پەیوەندی بە كارگە پزیشكییەكانەوە كردو چەرمی مارەكانیشی بە كارگەكانی دروستكردنی پێڵاوو جانتا دەفرۆشت، وێڕای ئەوەی كە كێڵگەكەی كردبووە باخچەیەك، بۆئەوەی گەشتیاران بێن، بۆ تەماشاكردنی، بەم كارەش قازانجێكی زۆری كردو پاش ماوەیەك بوو بە گەورەترین دەوڵەمەندی ناوچەكە!

لەم چیرۆكەوە فێر دەبین:

١- پێویستە هەردەم بەرامبەر بە كێشەو قەیرانەكان، وەكو بزمارێكی پۆڵایین بین، لێدان زیاتر پتەومان بكات.

٢- دەتوانین ئەگەر بە عەزیمەتو بیری وردەوە بیر بكەینەوە، بەسەر هەموو گرفتەكانماندا زاڵبینو خاڵە نێگەتیڤەكان سەرەو خوار هەڵگێڕینەوە!

٣- بە تێگەیشتنو بیركردنەوە ئازار دەگۆڕین بە خۆشیو گریان بە پێكەنینو شادی.

٤- هیچ كاتێك سەركەوتن بە ڕێكەوت نەهاتۆتە پێش، بەڵكو بەرهەمی ماندووبوونو هەوڵدانو تێكۆشان بووە.

٥- مرۆڤی ژیر سوود لە ژەهری ماریش وەردەگرێتو لە تاڵ شیرین دروست دەكات.

٦- مرۆڤە بە تواناكان لەو بەردانەی تێیان دەگیرێت، لەو كۆسپانەی دێنە بەردەمیان، پردێك بەرەو سەركەوتن دروست دەكەنو دەیكەنە ڕێگایەك بۆ گەیشتن بە لوتكەو هەرگیز دەستەوەستان ناوەستن.

٧- با هەرگیز خۆمان تەسلیمی بارودۆخو واقیع نەكەین، نەڵێین هیچمان پێناكرێت، یاخود چارەسەر مەحاڵە، هیچ شتێك بەرامبەر ویستو توانای مرۆڤ مەحاڵ نییە، تەماشا بكەن، چۆن خاوەن كێڵگە ئەگەر تەسلیم بووایە، ئەوا وێڕای زیانی زۆری ماددی، تەندروستی خۆشی لە دەست دەدا، بەڵام بە پێچەوانەوە وێڕای سوودێكی ماددی زۆر، سەركەوتنێكی بێ وێنەی بە دەستهێنا!

گەندەڵی کارگێڕی

ئا: خەندە ڕەمەزان
- زکرا ڕەمزی



بەشی دووەم

بەندی یەکەم: هۆکارەکانی درووستبوونی گەندەڵی لە کوردستان:

پارتە سیاسییەکان، حکومەتو پەرلەمان، ڕێکخراوە جەماوەریو پیشەییەکان، گەل، داگیرکاری، بەرژەوەندی نێوان تاکو گروپەکان، جەنگی ناوخۆ، نەبوونی دەزگای نەزاهەت، زاڵبوونی بەرژەوەندی تایبەتی بەسەر گشتی، پەروەردەی تاك، نەبوونی سزاو پاداشت، نەبوونی کەسی شیاو لە شوێنی شیاودا.

بەندی دووەم: شێوەو شێوازەکانی گەندەڵی لە کوردستان:

١- بردنی پارەی داهات: ئەمەیان مەترسیدارترین وێنەی گەندەڵییە لە کوردستان، کە تیایدا پارتی دەسەڵاتدار دەستبەسەر ڕێژەیەك لە پارەو داهاتی خەڵکی کوردستاندا دەگرێت، بۆ خودی پارتەکەی، لێرەدا بۆئەوەی لە چوارچێوەی قسەکردنی یاسا دەرنەچین، دەبێت خاڵێك ڕوون بکرێتەوە:

کاتێك دەگوترێت: پارتی دەسەڵاتدار ڕێژەیەك لە پارەی داهاتی خەڵکی کوردستان بۆ خۆی گلداوەتەوە، ڕاستییەك هەیە کە ڕێگرە لە بەردەم هەرکەسێکدا بێت بپرسێت، ئەگەر ئەو شتە ڕاستە، ئەو ڕێژەیە چەندە، ئەو پارەی گلدراوەتەوە چەندەو لە کام ساڵو کوا بەڵگە؟ ڕاستییەکەش ئەوەیە کە چەندین ساڵ بودجە بە نهێنی بوو، خەڵکی کوردستان نەیانزانیوە، داهاتی کوردستان چەندەو لە کوێوە دێت و چۆن دابەشو خەرج دەکرێت؟ کە ئەمە پێشێلکارییەکی هەرە گەورەی یاسایەو تەنانەت زۆر لە حوکمڕانە دیکتاتۆرەکانیش ناوێرن ئەم هەنگاوە بنێن، تەنانەت ئەوانیش بودجەی ساڵانە بۆ خەڵکی ڕادەگەیەنن، دیارە لە بارێکی ئەوتۆشدا، تۆپەکە لە گۆڕەپانی پارتە دەسەڵاتدارەکانەو لەسەر ئەستۆی ئەوانە، بێن بیسەلمێنن، هیچ ڕێژەیەك لەم داهاتە گلنەدراوەتەوە.

٢- بەرتیلو دیاریو بەخشین:

بەخشین پارە بێت، یان هەر شتێکی دی، بە دووشێواز ناسراوە:

یەکەم: ئایا سیستەمێکی ئاشکرایە، واتە (من کارێکت بۆ دەکەم، تۆش لەبەرامبەر ئەو کارەدا کارێکم بۆ بکە) هەیە؟ گەر سیستەمێکی وا هەبێت، ئەوا مامەڵەکە پێی دەگوترێت پرۆسەی کڕینو فرۆشتن، گەر شتێك لە نێوان پارەدەرو وەرگر هەبێت. باوەڕو بەرتیل هەمیشە پێکەوە کار دەکەن. دیاری بۆ کەسی خۆشەویست، زۆرجار نابێتە هۆی بازرگانی، هەرچەندە زۆر حاڵەتیش هەیە دەبێتە هۆی ئەوەی کار لە مامەڵەی نێو بازاڕ بکات.

دووەم: دووەم شێواز پۆستی دامەزراوەیی پاریدەدەرو پارەوەرگرە، ئایا ئەم دووانە بریکارە، یان سەرۆکن؟ پسووڵەی چێشتخانە دەدرێت بە خاوەنی چێشتخانەو بەخشیش دەدرێت بە شاگرد. پسوڵە دەدرێت بە دەوڵەت، بەرتیل دەدرێت بە ئەفسەری پۆلیس، فەرمانبەرو بریکاری فرۆشتنو کڕیار دەتوانن پارە بدەن بە ئاژانس. سەرۆك دیاریی جەژنەکانو جەژنانە دەدات بە فەرمانبەر، نوێنەرانی فرۆشیش دیاری دەبەخشن بە بریکارەکانی کڕینو کڕیارەکانیش بەخشیش دەدەن بەو کەسانەی کە خزمەتگوزاری باش پێشکەش دەکەن. بەڵام هەندێ خەڵك ئەرکیان هەیە لە نێو کەرتی حکومیدا، یاخود گروپێکی تر کە سەرۆکی باشو وردی هەیە. بۆ نموونە: سیاسەتمەداران وەسف دەکرێن وەکو نوێنەرانی بەرژەوەندییە گشتییەکان، یاخود نوێنەری ئەوانەی کە هەڵیان بژاردوون، هەرچۆنێك بێت دەسەڵاتێکی لەبەردەستە، ئارەزووی دووبارە هەڵبژاردنەوە شتێکە، بەڵام کەس هەمیشە ڕێکەوتی لابەلا قەدەغە ناکات. لەبەرئەوە سیستەمی، (من کارێکت بۆ دەکەم، تۆش لە بەرامبەر ئەو کارەدا کارێکم بۆ بکە)، زۆر جار سیستەمێکی نادیارو شاراوەیە، ئەوانەی کە بەم کارە هەڵدەستن دەڵێن: ئێمە دیاری دەبەخشین، بەڵام ئەوانی تر ئەم قسەیە ڕەت دەکەنەوە. بە شێوەیەکی گشتی ئەگەر سەیری ئەم دوو شێوازە (سیستەمە) بکەین، دەبینین کەوا هەڵسوکەوتێکی دووسەرە، واتە: (من بۆ تۆو، تۆش بۆ من) بە شێوەیەکی دیار دێتە ئاراوە.

بەندی سێیەم:

گەندەڵی دەبێتە هۆی تێکدانی چەند شتێك:

١- تێکدانی چۆنییەتی تەرخانکردنی داهاتەکانو دابەشکردنیان.

٢- ئاڕاستەکردنی ڕێنماییو یاسای ئەوتۆ، بەشێوەیەکی نادروستو فرتو فێڵ کە بۆ قازانجی کارەکان ناگەڕێتەوە.

٣- نزمبوونەوەی ڕێژەی وەبەرهێنانی ناوخۆو دەرەکی، چونکە دەزگا چاودێریو یاساییەکان ڕۆڵ نابینن.

٤- کەمکردنەوەی کێبرکێو لێهاتوویی، بەمەش بازاڕ دەکەوێتە مەترسییەوە، سەبارەت بە پەیداکردنو هێنانی کەلوپەلی بە کەڵکو باش، بە پێوەری تەکنەلۆژیای سەردەم.

٥- کەمکردنەوەی دەسکەوتو داهاتی کەلوپەلو خزمەتگوزارییە بنەڕەتییەکان، هەروەها پێدانو وەرگرتنی بەرتیل، لەبری باجەکان، کە دەوڵەت پێویستە وەری بگرێت، بەمەش دەوڵەت پارەوپولی بۆ کۆناکرێتەوە، تاکو پێداویستییەکانی جێبەجێ بکات.

٦- زۆربوونی خەرجییە گشتییەکانی گەندەڵی لە بەڕێوەبردنی کارگەو پڕۆژەکانی دەوڵەتدا، لەوەدایە کە جاری وا هەیە خەرجییەکانی، زیاتر دەبێت لە داهاتەکەی، ئەویش بە هۆی ئەو خەرجییە زۆرانەی ڕۆژانە بەبێ هۆ، لە ڕێگەی پڕکردنەوەی پسوڵەوخەرجی لابەلادا دەکرێت، یان ئەوەتا لە کاتی پێدانو وەرگرتنی هەر پرۆژەیەکدا، لەسەرحسابی دەوڵەت، لە بەرپرسان بەرتیل وەردەگرن.

٧- کەمبوونەوەی بەرهەمەکانو داتاپێوی بیرو کاری نایاب، چونکە ئەو پارانە لە کاری نایاساییدا خەرج دەکرێنو نەك بۆ کاری سەرەکی.

٨- زیادەی تێچوونی کرێی کارەکان (باجێکە لەسەر کار)، ئەو زیادە کاردەکاتە سەر ئەوەی کە، یان بەکارهێنەر دەخرێتە ژێر باری ئەو زیادانەوەو بەرهەمی کەمو خراپ دەخەنە بازاڕەوە، یان ئەوەتا دامو دەزگاکان ناتوانن هەروا بە ئاسانی بچنە ناو بازاڕەکانەوە.

٩- داشکان لە ڕاژەی گەشەپێدانو کوشتنی کاتو دارایی، زیان بە دامەزراوە بچووکەکان دەگەیەنێت، بە پێچەوانەی دامەزراوە گەورەکان، بۆیە گەندەڵی وای لێ دەکات کە ئەو دامەزراوە بچووکانە زوو بپوکێنەوە، چونکە توانای باری قورسی گەندەڵییان نییە.

١٠- کەمکردنەوەی ڕێژەی کا پێکردن لە کەرتی تایبەتدا.

١١- کەمکردنەوە لە ژمارەی ناونیشانەکانی دیارو بەرچاو لە کەرتی گشتیدا، لەسەر حسابی زیادکردنی ژمارەی ئەو ناونیشانە وەزیفیانەی کە مووچەکانیان کەمن بۆ ڕازیکردن.

١٢- بڵاوبوونەوەی هەژاریو نایەکسانی.

١٣- ڕێز نەگرتن لە یاسا، ئەمە بە هۆی داهێنانی کەلتورێکی نوێ، تاکو بەرپرسان لێپرسینەوەیان لەگەڵدا نەکرێت.

١٤- تەگەرەخستن لە ڕێگەی دیموکراتیو چاکسازی ئاراستەکراو بۆ بازاڕ.

١٥- دەبێتە زیادبوونی ڕێژەی تاوان.



بۆ ئەوەی کاریگەر بیت لە لای خەڵکی

عبدالقهار بلباس

کەسی کاریگەر لە ناو کۆمەڵگەدا، جێدەستی لە زۆربەی بوارەکانی ژیاندا هەیە، ڕێزو بەهایەکی هەیە، کە یارمەتیدەرییەتی بۆ دروستکردنی گۆڕانکاری.

زۆرێك لە کتێبو سەرچاوەکان، ئاماژە بە چەند خاڵێك دەکەن، کە هۆکارن بۆ ئەوەی هەر تاکێك بتوانێت کاریگەری خۆی دەربخات لە دەوروبەری، منیش بە پێویستم زانی، چەند ڕێنماییەك بە کورتیو پوختکراوی، بۆ خوێنەران بخەمە ڕوو:

١- بۆئەوەی لە هەر شوێنێکدا، جێگای ڕەزامەندیو پێشوازی بیت، گرنگی بە کەسانی دەوروبەرت بدە.

٢- بۆئەوەی شوێنەواری باش لە لای ئەو کەسەی بۆ یەکەمجار دەیبینیت جێبهێڵێت، با هەردەم زەردەخەنە لەسەر لێوانت دیار بێت.

٣- بۆئەوەی قسەکەرێکی باشت لێ دەربچێت، گوێگرێکی باشبە، هانی بەرامبەرەکەت بدە، کە زیاتر لەسەر خۆی بدوێت.

٤- ئەگەر ویستت خەڵك پێت دڵخۆش بن، لە شتێك بدوێ کە خۆشحاڵیان بکاتو چێژی لێ وەربگرن.

٥- ئەگەر ویستت دەستبەجێ خەڵك تۆیان خۆشبوێت، ڕێز لە کەسی بەرامبەر بگرە، بە جۆرێك هەست بە بوونو بەهای خۆی بکات.

٦- بۆئەوەی مرۆڤێك لەسەر بیروبۆچوونێکی ڕاستو دروست پەروەدە بکەیت:

- ئابڕووی بپارێزە.
- مۆڵەتی گفتوگۆی پێ بدە.
- مشتومڕی لەگەڵدا مەکە، بزانە کە باشترین ڕێگا بۆئەوەی هەر مشتومڕێك بە قازانجی تۆ تەواو بێت، ئەوا دوور کەوتنەوەیەتی لێی.
- ئەگەر لە بابەتێکدا هەڵە بوویت، دان بە هەڵەکەتدا بنێ.
- جۆرە پرسیارێکی لێ بکە، کە وەڵامی (بەڵێ)ت لێ دەست بکەوێت.

٧- بۆ ئەوەی ناحەزت بۆ دروست نەبێت، ڕێز لە ڕای بەرامبەرت بگرەو ڕاستەوخۆ بە کەس مەڵێ تۆ هەڵەیت.

٨- ئەگەر هاتوو دڵی کەسێك بەرامبەر تۆ، پڕبوو لە ڕقو توورەیی، ئەوا هەر ڕێگایەك بگریتە بەر، ناتوانی بیروبۆچوونی ئەو کەسە بۆ لای خۆت کێش بکەیت، بەڵام ئەگەر بە شێوەیەکی نەرمونیان هەڵسوکەوتت لەگەڵیدا کردو دوورکەوتیتەوە لە توورەبوونو تووندوتیژی، بەمشێوەیە دەتوانیت بچیتە ناو دڵو دەروونییەوە.

٩- بۆئەوەی گیانی هاوکاری بەدەست بهێنیت، وا لە کەسی بەرامبەرت بکە، هەست بکات بیرو بۆچوونەکان هەمووی هی خۆیەتی.

١٠- ئەو کەسەی کە شەڕانگێزو سەرکێشە دیارە، لەوانەیە ببێتە کەسێکی دڵسۆزو خاوەن ویژدان، ئەگەر هاتوو بە دڵسۆزیو ویژدانەوە هەڵسوکەوتت لەگەڵدا کرد.

١١- ئەگەر سەرکەوتنت مەبەست بوو لە کاتێکدا جگە لەو هیچ شتێکی تر سوودی نەبوو، سوور بە لەسەر بەدیهێنانی.

١٢- بۆئەوەی جڵەوی کاروباری خەڵکی بگریتە دەست، بە بێئەوەی خراپەیان بەرامبەر بکەیتو هەستیان بریندار بکەیت:

- سەرەتا باس لە کارە باشەکان بکەو ڕێزو بەهای بۆ دابنێ.
- لەسەر هەڵەکانی خۆت بدوێ، بەرلەوەی ڕەخنە ئاراستەی کەسی بەرامبەر بکەیت.
- سەرنجی هەڵەی کەسی بەرامبەر بدە، بە شێوەیەکی نهێنیو هەوڵی ڕاستکردنەوەی بدە بە زمانێکی شیرین.
- پێشنیارەکانت بە ڕێکی بخە ڕوو، فەرمان بە شێوەیەکی زەق دەرمەکە.
- ئەو هەڵەیەی کە دەتەوێت چاکی بکەیت، وا بکە بە ئاسانی ڕاست ببێتەوە، ئەو کارەشی کە دەتەوێت ئەنجامی بدەیت ئاسانو سادەی بکە.
- بۆئەوەی کاریگەریت هەبێت لەسەر هەڵسوکەوتی مرۆڤ، بە چاکە باسیان بکە.

سەرچاوە: سوود لە ئینتەرنێت وەرگیراوە.



هونەری ڕەخنەگرتن

چۆمان ئەحمەد

چەمکی ڕەخنە، لە وشەی یۆنانی (kritikos)ەوە وەرگیراوە، کە بە مانای توانای جیاکردنەوەو بڕیاردان دەگەیەنێت، هەروەها لە فەرهەنگی (ویکیپیدیا)دا پێناسەی ڕەخنە هاتووە بەوەی: (ئاماژەیەکی نووسراو، یاخوود زارەکییە، تاکی ڕەخنەگر ئاڕاستەی خاڵە بەهێزو لاوازەکانی مرۆڤ، یاخود کۆمەڵێك مرۆڤی دەکات، هەندێجار پێشنیارو چارەسەریشی بۆ دەکات)، ئەم چەمکە فۆڕمێکی کلتوری هەیە. بەو مانایەی بەشێوازیی بەرفراوان، تاکەکان لە ژیانی ڕۆژانەیاندا بەکاری دەبەنو ئاڕاستەی یەکتری دەکەن، بە تایبەت لە ژینگەی کلتوریو پەروەردەییو کۆمەڵایەتی، وڵاتانی ڕۆژهەڵاتدا ڕەخنەی نێگەتیڤو ڕووخێنەر زیاتر پراکتیزە دەکرێتو ئاڕاستەی بەرامبەر دەکرێت، هەر لە ناونیشانی باسەکەمانەوە دیارە چەمکی (ڕەخنە) بەکارهێنانەکەی هونەری تایبەت بە خۆی هەیە، هەر لەم ڕوانگەیەوە باسوخواس لەسەر ڕەخنەی پۆزەتیڤو نێگەتیڤو کاریگەرییەکانیانو بە تایبەت چۆنییەتی مامەڵەکردن لەگەڵ ڕەخنەی نێگەتیڤو ڕووخێنەردا دەکەین:

ڕەخنەی پۆزەتیڤ، یاخود بونیاندنەر:

دەکرێت بڵێین: کارێکی ئاسانە، دۆزینەوەی خاڵە تاریكو هەڵەو ناتەواوییەکان، لە تاکی بەرامبەردا، بەڵام پێچەوانەی ئەم دەربڕینە زۆرگرانە ئاڕاستەکردنی ڕەخنەیەك بۆ زیاتر بونیادنانەوەی بەرامبەرو بەکارهێنانی وەك مۆتیڤێك بۆ زیاتر خستنەگەڕی تواناکانی، مەبەست لەم فۆڕمەی ڕەخنە، پیاهەڵدانو ستایشکردن نییە، بەڵکوو هەوڵێکە بۆ وەسفکردنی کارێكو لێدوان لە خاڵە باشوخراپەکان، کە هانی مرۆڤ دەدات بەرەو گەشەو پەرەسەندنو پێشکەوتن، لەبەرئەوەی دوورە لە دەمارگیریو بڕیاردانی پێشوەخت.

ئەتەکێتی ڕەخنەی پۆزەتیڤ، یاخود بونیاندنەر:

بریتییە لەم خاڵانەی خوارەوە:

١- هەبوونی پلانو ستراتیژییەت لە ڕەخنەدا. واتە دانانی پلانو بەرنامەیە پێش ئاڕاستەکردنی هەر ڕەخنەیەك، پێویستە ژمارەیەك پرسیار لە خۆت بکەیت، وەکو: (ئەو شتە چییە ئاڕاستەی بەرامبەری دەکەیت؟ دەتەوێت چ شتێك بگۆڕیت؟ پاڵنەرت چییە؟ ئایا بۆ تۆڵەکردنەوەیە، یان بۆ زیاتر بونیادنان؟ چارەسەرو پێشنیارو ڕێنماییت چییە؟).

٢- ئاڕاستەکردنی ڕەخنەکە دەبێت تەنها لە نێوان ڕەخنەگرو ڕەخنە ئاڕاستەکراودا بێت، واتە ئەگەر لەبەردەم کەسانی چواردەوردا بێت ئەنجامێکی نەرێنی لێ درووست دەبێتو کەسی ڕەخنەلێگیراو دەکەوێتە بەرگری لە خۆکردنو ڕێز لە ڕەخنەکەت ناگرێتو وەریشی ناگرێت.

٣- بەکارهێنانی وشەو دەستەواژەی گونجاو، دوورکەوتنەوە لە هەندێك وشەدا، وەکو: (بەردەوام)، یان (تۆ) لە بری ئەوە بوترێت: (هەندێجار)، یان (دەگونجێت)، یاخود (پێویستە)، بە تایبەت خۆ بە دوورگرتن لە وشەی (بەڵام) لە ڕستەدا وەك: (ئەو شتەی پێی هەستاویت باشە، بەڵام...) لەبەرئەوەی کاردانەوە لای بەرامبەر دروست دەکات، وا هەست دەکات لە تواناکانیت کەم کردووەتەوە، بۆیە پەنا دەباتە بەربەرگری لە خۆکردن، هەروەها نەستی مرۆڤەکە، هەموو شتەکانی پێش بەڵام دەسڕێتەوەو تەنها ئەو وشانەی دوای بەڵام دەهێڵێتەوە)، بۆیە واباشە بەم شێوازە ڕەخنەکانمان ئاڕاستە بکەین (باباتەکەت باشە، پێشنیار دەکەم ئەگەر ڕێگایەکی فراوانتر بگریتەبەر، لە گەیاندنی بابەتەکەتدا باشترە).

٤- ئەتەکێتی ڕەخنە، وا دەخوازێت سەرەتا بەستایش دەست پێ بکەیت، یاخود لە ئەرێنییەوە بۆ نەرێنی بڕۆیت، هەروەها دیاریکراویش بیت لە ڕەخنەکەتدا، وەکو: (بەڕاستی لە قسەکردندا لێهاتوویت، وای دەبینم ئەگەر زیاتر نموونەی واقیعیانە لە قسەکردنەکانتدا بهێنیتەوە باشتر بێت).

٥- پێشکەشکردنی چارەسەر: بە داخەوە زۆربەی تاکی کوردی ڕەخنە ئاڕاستە دەکات، بێ هەبوونی ڕێچارە، پێویستە چارەسەرو ڕێنمایی هەنووکەییو درێژخایەنی تێدا بێت، بۆ نموونە لە باتی ئەوەی بڵێی: (خراپ بوویت لە ڕاڤەکردنی زانیارییەکاندا)، بڵێ: (لە جاری داهاتوودا ئامڕازو ڕێگای باشتر بگرەبەر، لە ڕاڤەکردنو پیشاندانی زانیارییەکاندا).

گرنگی ڕەخنەی پۆزەتیڤ:

١- خاوەنی کارەکە هەست بە گرنگی پێدانو هاندان دەکات لەسەر باشتربوونو بەردەوامبوون.

٢- خاڵە لاوازەکانی دەزانێتو هەوڵ دەدات ڕاستیان بکاتەوە، زیاتر پارێزگاری

لە خاڵە پۆزەتیڤەکانی دەکات.

٣- ڕەخنەی دروستکار بەردەوام هەڵەکان ڕاست دەکاتەوەو ناهێڵێت کەڵەکە ببن، ئەو هەڵەیەی ڕاست ناکرێتەوە، هەڵە دوای هەڵە، وای لێدێت چاکسازی ئەستەم بێت.

٤- لە ڕەخنەوە جیهانبینیو خوێندنەوە بۆ کارەکان بەرفراوانتر دەبێت، لەبەرئەوەی ئەرێنیو نەرێنی خۆی دەزانێت.

ڕەخنەی نێگەتیڤ، یاخود ڕووخێنەر:

ئەم جۆرە لە ڕەخنە، بە نێگەتیڤو خراپ پۆلێن دەکرێت، پاشخانێکی خراپ لە کاریگەریو تێکشکان بەسەر مرۆڤەوە بەجێ دەهێڵێت، لەبەرئەوەی ڕەخنەیە لەسەرجەمی کارەکەو بریندارکردنی بەبێ گرنگیدان بە خاڵە ئەرێنییەکانو هەبوونی ڕێچارە بۆ هەڵەکانو ڕاستکردنەوەی.

چۆنێتی مامەڵەکردن لە کاتی ڕووبەڕووبوونەوەی ڕەخنەی ڕووخێنەر:

١- پێویست ناکات ڕاستەوخۆ دەروونت تێکبشکێت و متمانە بە خۆ لە دەست بدەیت، بزانە ئەو کەسە بۆچی ئەو ڕەخنەیەی ئاڕاستەکردوویت؟ ڕەنگە غیرە بکات، یاخود لە هەڵچوونێکدا ئەو ڕەخنەیەی ئاڕاستەکردبیت، یان مرۆڤێکی خۆپەرست بێت، یاخود کەسێك بێت ئالوودە بووبێت بە ڕەخنەگرتنەوە، ئەگەر بەم شێوازانە بوو، ئەوا پێویستە ڕەخنەکەی پشتگوێ بخەیت.

٢- پێوستە بەبێ هەڵچوون، دیالۆگ لەگەڵ کەسەکەدا بکەیت کە تۆ خاڵی ئەرێنیت زیاترەو ئەوە هەڵە تێگەیشتنێکە، هەوڵ بدە سود لە ڕەخنەکە وەربگریت و خۆتی زیاتر پێ بەرەوپێش بەرە.

٣- ئەگەر ڕەخنەیەکی ڕووخێنەرت ئاڕاستەکرا، بۆ نموونە پێت وترا: (زۆرلاوازیت)، سەرەتا ڕێگە بدە دەروونت بیربکاتەوە لە هەموو ئەرێنییەکانت، پاشان پرسیار بکە لە خۆت ئایا لاوازم؟ ئەگەر وەڵامەکە (نەخێر) بوو، ئەوا باوەڕ بە خۆت بکە، چونکە هیچ کەسێك بە هێندەی خۆت، خۆت ناناسێت.

٤- پێویستە متمانەت بە خۆت هەبێتو ڕێزت بۆ تواناکانت هەبێت، لەبەرئەوەی ئەو کەسەی دەیەوێت ڕەخنەیەکی نادادپەروەرانەت لێ بگرێت، کاریگەری ناکاتە سەرت، ئەگەر متمانەت بە خۆتو ئەو کارە هەبێت کە پێی هەڵدەستیت، هیچ جۆرە هەستیارییەکت لا گەڵاڵە نابێتو تەنها بە بۆچوونێکی ئەوی دەزانیت.



چ کارمەندێك زیادەیە؟!

و: ئەسکەندەر ڕەحیم

مێروولەیەك ڕۆژانە، بە ورەو وزەوە، دەچووە سەرکار، کاری زۆری ئەنجام دەدا. ئەو دەمەی شێری شای دارستان، بینی بەبێ چاودێریکردنو بەو پەڕی گورجوگۆڵییەوە دەکۆشێت.. سەری سوڕماو بەخۆی گوت: (ئەگەر ئەم مێروولەیە، بەبێ ئەوەی هیچ چاودێرو سەرپەرشتێکی هەبێت، بەم هەموو هێزو وزەوە کاربکات.. سا چۆن دەبێت، ئەگەر سەرپەرشتێکی بۆ دابمەزرێنم؟)

ئیدی بەم چەشنە، ڤالۆنچەیەکی دامەزراند، تا ببێت بە سەرپەرشتی کاروباری مێرووڵەکە. ڤالۆنچەکەش، یەکەم بڕیاری بریتی بوو لە: دانانی شیرازەی کاتی کارو هاتنو ڕۆیشتن، دامەزراندنی بەردەسێك، یان سکرتێرێك بۆ نووسینی ڕاپۆرتەکانو دامەزراندنی جاڵجاڵۆکەیەکیش بە مەبەستی بەڕێوەبردنی ئەرشیفو چاودێریکردنی پەیوەندییە تەلەفونییەکان.

شێرەکە بە ڕاپۆرتەکانی ڤالۆنچەکە، شادمان بوو. داواشی لێکرد پەرە بەو ڕاپۆرتانە بدات، ئەویش بەوەی خشتەی ڕوونکردنەوەی تێدا بەکار بهێنێتو ئەنجامەکانی شی بکاتەوە، تا لە کۆبوونەوەی ئەنجومەنی کارگێڕیدا، بیانخاتە ڕوو. ڤالۆنچەکە کۆمپیوتەرو چاپکەری لەیزەری کڕیو مێشێکیشی وەك بەرپرسی یەکەی تەکنۆلۆژیای زانیاری دامەزراند.

مێروولەی تێکۆشەر، لەم زێدەڕۆییو لقو پۆیە لە کارگێڕیدا بێزار بوو. هەروەها لەو کۆبوونەوانەشی کاتو توانایان بە فیڕۆ دەدا. ئەو کاتەشی شێر، هەستی کرد.. لەکاری مێرووڵەکەدا، گرفتێك هەیە. لەبەرئەوە، بڕیاری گۆڕینی ڕەوشی کاری لەو بەشەدا داو کوللەیەکی لەبەر لێزانی زۆری لە پەرەپێدانی کارگێڕیدا، دامەزراند. ئەویش بڕیارەکانی یەکەمی، بریتی بوون لە: کڕینی کورسیو مێزو ڕاخەری نوێ، بۆ نووسینگەکەی خۆی. هەروەها یاریدەدەرێکی تایبەتی، بۆ خۆی دامەزراند.. تا لە دانانی بەرنامەی پەرەپێدانو ئامادەکردنی بودجەدا، یاریدەی بدات.

پاشتر شێرەکە، بە تێچوونی بەگەڕخستندا چوویەوە.. بینی تێچوونی پێشتر، زۆر لەوەی ئێستە، کەمتر بووەو دەشبێت خەرجییەکان کەمبکرێنەوە. بۆ ئەمەش، کوندەپەپووی – وەك ڕاوێژکاری دارایی- دامەزراند. پاش ئەوەی کوندەپەپوو، بۆ ماوەی سێ مانگ، دۆخەکەی تۆژییەوە. ڕاپۆرتەکەی بۆ لای شێر بەرز کردەوەو تێیدا گەیشتبووە ئەوەی، کە بەشەکە بەدەست «کارمەندی زیادە»وە دەناڵێنێت. شێریش لەبەر کەمتەرخەمی لە کارکردنو کەمبوونەوەی ڕادەی بەرهەمهێنانی، بڕیاری دەرکردنی یەکجاریی مێروولەی دا!

زۆرجار زۆری ئاستە کارگێڕییەکانو فراوانی پشتێنەی سەرپەرشتیو دەستوەردان.. سەر دەکێشێت بۆ چەقبەستنو خاوبوونەوە لە کارو جێبەجێکردنو بەخۆڕاچوونی توانا.. هەروەها دەبێت بە هۆی شکستهێنان لە پەیوەندیو گواستنەوەی زانیاریدا. بۆیە شایستەو پێویستە، کارگێڕی گورجوگۆڵ بێتو لە ئاستی بەرپرسیارێتیدا بێت.. تا بەرهەمهێنان پەکی نەکەوێت، کات بەفیڕۆ نەچێتو لێهاتوویی وەدەر نەنرێت.

سەرچاوە: علاقات/٥١

بەشی سێیەم

ئا: نەریمان بەهرام

کارگێڕی ئیلکترۆنی



١-٦ تـــۆڕی گشـتی (Public Network):-

ئـەو قسـانەی کـە دەبێـت بگوترێت، ئەوەیـە: دەبێـت ئامـاژە بـەوە بکرێـت کە کاروبـاری ئیلکترۆنـی لـە دەرئەنجامی ئەو پێشـکەوتنە بابەتییەیە، کـە ئابووری جیهان بەدی هاتووە بە تایبەت لە سێ دەیەی کۆتایی سـەدەی ڕابـردوو. کە شۆڕشـی تەکنەلۆژیای زانسـت بەخۆیەوە بینیو لەگەڵ ڕاگەیاندندا. بـە دەرکەوتنی تـۆڕی ئینتەرنێـت. دیاردەی جیهانگیـریو کێبڕکێی گەردوونـیو ئابوری ناسراوە.

ئەم شۆڕشـە تەکنەلۆژیایـە کە تاکەکانی گرتـەوە. تۆڕی گەیانـدنو کارگێڕی زۆری لە سـەر ناوەڕۆکی شـتەکان هەبـووە، لە ڕووی بـە دەزگاکردنـی ڕێکخراوەکانـی کار بەرەو پێشـکەوتن، بەکارهێنانـی یاسـایەکی ورد، ڕێکخسـتنی زانسـتەکانی تـۆڕی گەیاندن کە دەرکـەوت لەگـەڵ ئاڵۆگـۆڕی ئیلکترۆنی بۆ بڵاوکراوەکانـی پێش سـەردەمی ئینتەرنێت. لە پاشـاندا چەند ڕەهەندێکی نوێ گشتگیری لە گـەڵ زیاد بەکارهێنانـی تەکنەلۆژیای کار بـە ئینتەرنێـت. ئەوە واتـا کاری ئیلکترۆنی لـە بۆشـاییدا دەرنەکەوت. بەڵکـو لە چەند قۆناغیکی تەواوکاری یەکتری لە پێشـکەوتنی تەکنیکـیو مـاددی، بـە واتایەکی تـر کاری ئیلکترۆنـی نایەتە دی بە بێ بوونی تەکنیکی ڕاگەیاندن، خۆوابەسـتەکردن بە سەربەخۆیی پیشەییو چالاکیو کارکردن لە ناو ڕێکخراودا لەگەڵ ژینگەیەکی دەرەکیدا.

لـە گرنگتریـن تەکنیکـی ڕاگەیاندنـی نـوێ، تۆڕەکانی ئینتەرنێـت (Intranet) وا إکسترانت (Extranet)و هێڵە ژمارەییەکانن لەگـەڵ بنچینـەی تەکنیکـی تەکنەلۆژیـای زانیـاری (IT infrastructure) کـە هەندێجـار داوای یاسـایەکی تەکنیکی دەکات (Technicalplatform) بـۆ کاری ئیلکترۆنی.

هەروەهـا لـە مـەودوا هەوڵدەدەین لەو توێژینـەوەدا خوێندنـەوەو شـیکردنەوە لە پێکهاتـەی بنچینەی تـۆڕی کاری ئیلکترۆنی لـە مـاوەی وردبوونەوە لێی، بـە تایبەتی لە سەر تەکنیکی کار بە ئینتەرنێتو إکسترانیت. خوێندنـەوەی تەکنیکی وەکو بڕبڕەی پشـتی تۆڕی کاری ئیلکترۆنییە لەگەڵ خۆپاراسـتنی لـە دووبارە تێگەیشـتنی چاولێکـەری باو لە گەیاندنی بڵاوکراوەکان.

جۆرەکانـی تـۆڕی گەیانـدنو ڕێکخەری ئاڵووگۆڕی بڵاوکـراوە ئیلکترۆنییەکان، جگە لەوەش چەندین بابەتی تەکنەلۆژیای زانستیو شێوەی زانیاریو گەیاندن، وردبوونەوەمان لەم توێژینەوە لە سەر کارکردنی ئیلکترۆنی نییە، بە پلەی یەکەم، ئەوەی لە سـەر بناغەی تۆڕە گەیاندنەکانە بە شێوەیەکی گشتی.

کەواتە **تۆڕی گشتی:**

ئەو تـۆڕە تایبەتیانەیـە کاریگەرییەکی تەکنیکـی ئینتەرنێـت بەکاردێـت، بـۆ دەستەبەرکردنی پێداویستییەکانی کارکەرانی لە زانیاری ناوەوە، لە پێناو ئاڵووگۆڕی زانیاری کارەکانو چالاکی ڕێکخراو.

بەشی دووەم:

٢-١ مێـژووی سـەرهەڵدانی کارگێـڕی ئیلکترۆنی

٢- ٢ پەیکەری گشتی ڕێکخستنی کارگێڕی ئیلکترۆنی.

٢-٣ پێداویسـتییەکانی کارگێـڕی ئەلکترۆنی

٢-٤ جۆرەکانی تۆڕی کارگێڕی ئیلکترۆنی

٢-٥ ئاسـتەنگەکانی بـەردەم کارگێـڕی ئیلکترۆنی

٢-١ مێـژووی سـەرهەڵدانی کارگێـڕی ئیلکترۆنی

پێش (٢٠) بیسـت سـاڵ لەمەوبەر، کەس لەو باوەڕەدا نەبوو، ئەو پێشکەوتنە گەورەیەی لە سێ بواری: (تەکنەلۆژیای زانیاری (حاسبة) بـواری پەیوەندییـەکانو پرۆگرامسـازی)، بگاتـە ئەو ئاسـتەی کـە ئەمـڕۆ هەیە. کە وای لێهاتـووە زانیارییـەکان بە شـێوەیەکی بەربـڵاو، بە خێراییەکـی زۆر بڵاو دەبنەوە، بۆ بەدەستهێنانی زانیاری بۆ بڕیاردان لە سەر شتەکان لە هەموو لایەنەکانەوە.

بابەتی حکومەتی ئیلکترۆنی بە دیارترین کارە جێبەجێکارییە کارگێڕییەکانی سـەردەم دادەنرێت، کە لەم چەند سـاڵانەی ڕابردوودا سـەری هەڵداوەو لە چەند سـاڵی داهاتووشدا پانتاییەکی فـراوان لە داهاتـووی کارگێڕیدا دروسـت دەکات. هـەر بۆیـە ئـەو بابەتە بە بابەتێکـی زینـدوو دادەنرێـتو لـە زۆربەی دەوڵەتانـی جیهانـدا، گرنگییەکـی زۆری پێ دەدرێت، هەروەها بە یەکێك لە دەسکەوتەکانی مرۆڤایەتی دادەنرێت. لـەم کاتەدا بەوەی کە ئەو بابەتـە زۆر زانیاری جیاوازی تێدەڕژێت. کـەوای لە مرۆڤ کـردووە پێشـکەوتنەکانی بهێنێتەدی، بەڵکو جیهـان بینینێکی فراوانی لە بەردەمدا کردووەتەوە.

دەستپێك بۆ چوونە ناوبابەتەکە:

سەرهەڵدانی (حکومەتی ئیلکترۆنی):

ئەزموونـی حکومەتـی ئیلکترۆنـی لـە ناوەڕاسـتی (٨٠) هەشـتاکانەوە، لـە دەوڵەتە ئەسکندەنافییەکانەوە دەسـتیپێکرد، ئەویش خۆی لە پەیوەسـتکردنی گوندە دوورەکان بە سەنتەرەوە بینییەوە، ناوی گوندی ئیلکترۆنی (ELECTRONIC VILLAGES) لێنرا. لارس (Lars) لـە زانکـۆی (ئەدۆنیـس)، لـە دانیمارك، بە پێشـەنگی ئـەو ئەزموونە

دادەنرێت، ناوی (Dell)ی خاوەنی کۆمپانیای (دێڵ)ە، کە ئەو کۆمپانیایە ڕۆڵێکی پێشەنگانەی هەیە لە بواری چارەسەرییە ئیلکترۆنییەکان.

لە شانشینی یەکگرتووشدا ئەزموونی حکومەتی ئیلکترۆنی لە ساڵی (١٩٨٩) دەستیپێکرد لە پرۆژەیەکی (مانچستار)دا، ئەوەش بە سوود وەرگرتن لە ئەزموونە دانیمارکییەکە کە چەند پرۆژەیەکی لاوەکیش پشتی پێدەبەستن.

لە ڕاستیدا (میوانخانەی مانچستار) دامەزرێنراوە وەك قۆناغێکی یەکەمی و ئامانجیش بەرەو پێشەوە بردنو بەدواداچوونە، بۆ پێشکەوتنە کۆمەڵایەتیو فێرکاری توانایییەکان، پرۆژەکەش بە کردەیی لە ساڵی (١٩٩١)ەوە دەستی بە کارەکانی کرد.

لە ساڵی (١٩٩٢) کۆنگرەی خانووە دوورەکان لە شانشینی یەکگرتوودا بەسترا بۆ بە دواداچوونی ئەو پرۆژانە. کۆنگرەی (لەندەن)نیش پرۆژەی (بونتیل)، (پەیوەندی بە دوورە پێشکەوتووەکان)ی کرد، بڕیارەکە جەخت دەکات لە سەر کۆکردنەوەو بڵاوکردنەوەو پەرەپێدانی زانیارییەکان لە دوورەوە.

لە وڵاتە یەکگرتووەکانیش لە ساڵی (١٩٩٥) لە ویلایەتی (فلۆریدا) هەوڵی تر سەریان هەڵداو پاشان بە دوایدا هەوڵی دیکە هاتن لە زۆربەی دەوڵەتانی جیهانو هەندێك لە ئەزموونە نێو دەوڵەتییەکان دەخەینە بەرچاو لە توێژینەوەکەماندا.

پێناسەی حکومەتی ئیلکترۆنی:

حکومەتی ئیلکترۆنی چەند پێناسەیەکی هەیە، ئەمانەش چەند نموونەیەکن لەو پێناسانە:

(بریتییە لە سەرلەنوێ داهێنان لە کارە حکومییەکاندا، بە هۆی چەند ڕێگایەکی نوێوە بۆ لێکدانو تەواوکاری زانیارییەکان و دەستەبەرکردنو هەلی توانینی گەیشتن پێیان لە ڕێگای پێگە ئیلکترۆنییەکانەوە).

یاخود (بریتییە لە توانای کەرتەکان لە سەر ئاڵوگۆڕکردنی زانیارییەکانو پێشکەشکردنی خزمەتگوزارییەکان لە نێوان خۆیانداو لە نێوان خەڵكو کەرتەکانی کارکردن بە خێراییو وردییەکی گەورەوە، بە کەمترین تێچوونو لەگەڵ گرەنتی نهێنیو ئاسایشی پاراستن لە جێبەجێهێنانی کارەکانیدا، بۆ هەموو سوودمەندەکانی بە بەکارهێنانی ئامێری ئیلکترۆنی پێشکەوتوو بە چاو پۆشیکردن لە کاتو شوێنیو لەگەڵ بەدیهێنانی باشو تایبەتمەندیو نهێنیو ئاسایشی زانیارییەکان.

٢-٢ پەیکەری گشتی ڕێکخستنی کارگێری ئیلکترۆنی:

پەیکەری فەرمی ڕێکخراو پێکدێت لە دابەشکردنی ناوخۆییو تەکنیکی گونجاندنی جیاواز کە ئامانجی کۆنترۆڵکردنو چاودێری لەسەر ڕووداوەکانی ناوەوەی ڕێکخراوە. دڵنیابوون لە هاوکاری نێوان یەکە جیاوازەکانو کارمەندان تیایدا. ڕواڵەتی ڕێکخراوی فەرمی زۆر دیارە، کە بریتییە لە نەخشەی ڕێکخراو، ڕێنماییەکانو وردەکارییەکانی کە دەیگرێتەبەر لە ناو ڕێکخراودا. ڕێکخراوی فەرمی جێگەی گرنگیدانی سەرەکی تیۆری ڕێکخراو. بە تایبەتی لە قۆناغەکانی یەکەمی پێشکەوتن لە زانستی کارگێڕیدا. لەگەڵ گرژبوونەوەی گرنگی ڕێکخراوی فەرمی لە قۆناغەکانی دواتر لە بیرکردنەوەی ڕێکخراودا، لەگەڵ ئەوەشدا بە بابەتێکی سەرەکی دەمێنێتەوە لە تیۆری ڕێکخستن، تا ئێستاش دادەنرێت بە ئامرازی سەرەکی بۆ جێبەجێکردنی ئامانجەکانو دیاریکردنی پەیوەندییەکانی ڕێکخستنە، بە دیارخستنی هێڵەکانی گەیاندن، کارگێڕی لە سەر پەیوەندییەکان لەگەڵ ژینگەی دەرەکی، لەگەڵ کاریگەرێتیو دیاریکردنی ڕۆڵی تاکەکانو سروشتیو بواری کارەکانی، شوێنی پیشەییەکانی، پەیوەندییە جیاوازییەکانی نێوانیان، هەلی پێشکەوتنی پیشەیی کە بۆیان دابین دەکرێت، ڕادەی هەوڵی ڕێکخراو بۆ هێنانەدی ئاستی پەسندکراو لە ڕەزامەندیی پیشەیی.

پەیکەری ڕێکخستن، پێناسە دەکرێت بەوەی کە بریتییە لە کۆمەڵێك ڕێگا کە بە هۆیەوە ڕێکخراو کارمەندەکانی پێ دابەش دەکات کە ئەنجامی هەندێك ئەرك، پاشانیش ڕێکیان دەخاتو وا دەبینین کە پەیکەری ڕێکخستن لە شێوەی نەخشەیەکی فەرمیدایە بۆ ڕێکخستن ((organization design)) کە ئەو نەخشەیەش چۆنییەتی دابەشکردنی ئەرکو لێپرسراویەتی لە نێوان کەسەکانی نێو ڕێکخراودا ڕوون دەکاتەوەو پەیوەندی نێوانیان دەستنیشان دەکات، هەروەها ژمارەی ئاستەکانی لە قوچە پەیکەرێکەوەو کۆکردنەوەی هەموو کەسەکانی ڕێکخراو بە شێوەی دابەشکردنی فەرمی.

٢-٣ پێداویستییەکانی کارگێری ئیلکترۆنی:

بۆئەوەی کارگێڕی ئیلکترۆنی دروست بکەین، پێویستمان بەم خاڵانەی خوارەوە هەیە:

- ١- کۆمپیوتەر (Computer)
- ٢- ئینتەرنێت (Internet)
- ٣- تۆڕەکان (Networks)
- ٤- زانیاری (information)
- ٥- کارمەندی مرۆیی (Human Cadre)
- ٦- بنکەی زانیاری (Information center)

بە شێوەیەکی گشتی بۆ ئەوەی کارگێڕی ئیلکترۆنی دروست بکەین، پێویستمان بەو خاڵانەی سەرەوە هەیە، بەڵام لەبەرئەوەی لە بەشی یەکەم، باسی (کۆمپیوتەر، ئینتەرنێت، تۆڕەکان)مان کردووە، لە بەرئەوە پێویست ناکات لێرەدا دووبارە باسی بکەینەوە، بۆیە تەنها باس لە (کارمەندی مرۆیی، زانیاریی، بنکەی زانیاریی)، دەکەین:

٤- زانیارییەکان (Information>s):-

زانیاری جیاوازە لەگەڵ بانگەشەکاندا، لەگەڵ ئەو وشەو دەستەواژەیەدا بەکاردێت، بە شێوەیەکی فراوان، چونکە یەك مانا دەگەیەنێت، لە ژیانی ڕۆژانەدا، بۆیە ئەوەی گرنگە پێویستە جیاوازییان بکەینو لە جیاوازییەکانیش بگەین:

وشەی بانگەشەکان مانای ڕاستییە خاوەکان دەگەیەنێت، بانگەشەکانیش پێکهاتووە لە ((ژمارەکان، پیتەکان، هێماکان، ڕاستی خاوەکان، ڕووداوەکان)، ئەو کردارانەی کە تۆمار دەکرێن، بەڵام چارەسەر نەکراون تاوەکو کردارەکان دەبنە کردارێکی سوودبەخش، بەڵام زانیارییەکان سوودبەخشن بۆ بڕیار لە سەر دەرکردن، بۆیە زۆربەی جار بانگەشەکان سوودبەخشن، بەڵام زانیارییەکان سوودبەخش ترو گرنگترن.

ئەو هاوکێشانەی کە دەبێتە هۆی ئاشکراکردنی جیاوازییەکان (بانگەشەکان+ واتاکەی= زانیارییەکان)، بانگەشەکان چارەسەرکراوە لە دەستەیەك، یاخود لە شێوازێك کە واتایەکی هەیە، بۆ ئەو کەسەی کە بەکاری دەهێنێت، بۆ چاککردنی زۆر شێوەی پەیڕەوکردنی بڕیارەکان، بۆ نموونە: ژمێریاری بڕی تێچوون لە سیستەمی ژمێریاریدایە، کە هەڵدەستێت بە تۆمارکردنی کۆمەڵێك لە ڕاستییەکان، یاخود بانگەشەکان لە بابەت کەرەستەی خاو، کات، تێچوون، زۆرێکیشی لە کردارە ژمێرەییەکان کە تایبەتە بەو ڕاستییانە کە دەتوانرێت پۆلێن بکرێن، یان کورت بکرێنەوە، یان چارەسەر بکرێن، بۆ ئەوەی کردارە ژمێرارییەکە پێکبێت، پاشانیش ڕێکدەخرێتو پوختەی ڕاپۆرتەکەشی دەردەهێنرێت بۆئەوەی بگەیەندرێتە بەشی کارگێڕییەکەیان بۆ پلاندانانو چاودێریکردن لە سەر چالاکییەکانی یەکەی ئابووری.

تێبینی هەیە لە سەر بانگەشەکان کە دەتوانرێت چارەسەر بکرێن و بگۆڕدرێن بۆ زانیارییەکان، هەندێك لە درێژەی بابەتەکان دوور دەخرێتەوەو دەگۆڕێت بە کورتکراوەیەکی پوختە کە ئاسانو ڕوونە، بۆیە ئامادەکردنی کردارە ژمێرارییەکان بە شێوەیەکی زۆر، گرنگی دەدات بە گۆڕینەوەی شێوازەکان بە شێوەیەکی فراوان لە پێناو تێگەیشتنی بە ئاسانی. بۆیە گفتوگۆکردن لە سەر ئەم شێوازەو ناوەرۆکی کرداری ژمێریاری بڵاوکراوە لەگەڵ هەندێ لەم بیردۆزانە هاوشانن.

پوختەی ئەم بابەتەش لە ئەنجامەکانی داراییدا دەردەکەوێت، بە شێوەیەکی ئاسان بۆ گەیشتن بە ڕاستیو دروستیو دادپەروەری.



گرنگی پلانانداني سەردەمی، بۆ بنیاتنانی شاری سەردەمی



بەشی چوارەم

ئا: بەهەشت عەلی

پلاندانان لە سەردەمی ئێستادا جێگایەکی دیاری هەیە، لە نێوان ئەو بابەتانەی کە میللەتەکان پێشبڕکێی لەسەر دەکەن، بۆ هەستانەوەو ڕاوەستان، لە ڕەوڕەوەی شارستانی مرۆییداو بە پێی چەند ئامانجێکی دیاریکراو بۆ گەشەسەندن لە گشت بوارەکانی ژیاندا، واتە ئابوری‌و کۆمەڵایەتی‌و ئاوەدانی، بە لەبەرچاوگرتنی گەورەیی‌و فراوانی چەمکی پلاندانان‌و فرەیی بوارەکان، بۆیە گرنگە چەمکی زانستی پلان دابنێیت، بەڵکو تەنها دەتوانین وێنەی نیشانەگشتییەکانی بکێشین، واتە کرداری پلاندانان: بریتییە لە دانانی ئامانج‌و بەڕێوەبردنێك بۆ خزمەتکردنی دانیشتووان بە شێوەیەکی باشتر لەسەر ئەو بنچینەیە دەکرێت چەمکی پلاندانانی شارستانیانە دیاری بکەین، کە بریتییە لە زانست‌و هونەری ڕێکخستن بە بەکارهێنانی زەوی، دروستکردنی بیناو سیفاتی بیناو بوارە شارستانییەکان (بینا، ڕێگاوبان، گۆڕەپانەکان)، بەشێوەیەکی وا کە بەرزترین پلەی خۆشگوزەرانی بگرێت لە ڕووی ئابووری‌و ئاسوودەیی‌و جوانییەوە، بە شێوەیەکی گشتی ئەم پسپۆڕیانەی لای خوارەوە دەچێتە پۆلێنی پلانی شارستانییەوە:

١- ئەندازەی تەلارسازی.
٢- ئەندازەی باخچەکان.
٣- ئابوری.
٤- زانستی کۆمەڵناسی.
٥- ئەندازیاری بە گشت لقەکانییەوە بە تایبەتی ئەندازە خزمەتگوزارییەکان.
٦- زانستە جیۆگرافیاییەکان.
٧- یاساو بەڕێوەبردن.

بۆیە کرداری پلاندانانی شارستانی: بریتییە لە بەرهەمهێنانی ژینگەیەکی تەندروست‌و گونجاو لە گشت ڕووەکانەوە، بۆ نموونە بینایەکی نیشتەجێبوون پێویستە دوور بێت لە شوێنی پیس‌و ژاوەژاوو شەقامی هاتوچۆی خێراو هەروەها پێویستە ناوچەی سەوزایشی بۆ دابین بکرێت لەگەڵ گشت خزمەتگوزارییەکانی تر.

١ - ئەندازەی تەلارسازی: گرنگی دەدات بە لێکۆڵینەوە لە بوارە کراوەکاندا، وەك (بینا، ڕێگاوبان، گۆڕەپانەکان‌و ...هتد)، پەیوەستکردنیان بە یەکەوە بۆ هاوگونجانێکی تەواو.

٢- ئەندازەی باخچەکان: کاتێك گرنگییەکەی دەرکەوت کە شۆڕشی پیشەسازی کارێکی وای کرد، کە ژینگەی تەندروستی مرۆڤەکان تێکبچێت، بۆیە بە گێڕانەوەی ئەم ژینگەیە، ئەمجۆرە لەو ئەندازە داهات، تاکو سەوزایی‌و جوانی بۆ شاری سەردەمی بهێنێتە ئاراوە.

٣- ئابوری: ئابوری ڕۆڵێکی گرنگ دەبینێت لە فەراهەمکردنی شارێکی سەردەمیانە، بە پێی پلانێکی سەردەمیانە، چونکە ئەو ئابورییە جۆری تێچوونەکەو بڕی تێچوونەکانی ناو شارێکی سەردەمی دیاری دەکات.

٤- زانستی کۆمەڵناسی: لەبەرئەوەی ئامانجی پلاندانان، بریتییە لە فەراهەمکردنی ژینگەیەکی تەندروست بۆ مرۆڤەکان، جا ئەو ژینگەیە ژینگەیەکی ماددی ئاوەدانی بێت، یان ژینگەیەکی کۆمەڵایەتی بێت، بۆیە زانستی کۆمەڵناسی ڕۆڵێکی گرنگ دەبینێت لەو ڕووەوە کە هەوڵ دەدات لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە ژینگەیەکی تەندروست فەراهەم بهێنێت.

٥- ئەندازەی خزمەتگوزاری: ئەندازەی خزمەتگوزاری گشت بوارەکانی ئەندازە دەگرێتەوە، چونکە هەر ئەندازەیەك خۆی لە خۆیدا لایەنێکی خۆشگوزەرانی‌و ئاوەدانی پێشکەش دەکات.

٦- زانستەکانی جوگرافیاو زەویناسی: ئەمجۆرە زانستە، یارمەتیمان دەدات بۆ دیاریکردنی زەوییەکی گونجاوو ناسینی شوێنەکە لە هەموو ڕووەکانەوە، بۆ ئەوەی ژینگەیەکی گونجاو هەڵبژێرین.

٧- یاساو بەڕێوە بردن: یاساو بەڕێوەبردن هەوڵ دەداتك بەرهەمی هاتوو لە ئەنجامی ئەو ئەندازەو زانستانەوە بپارێزێت‌و نەهێڵێت تێکبچێت‌و لەناو بچێت، تاکو مرۆڤ تێیدا ئاسودەو سەرومر بێت.



کەریم سمکۆ

خود بەڕێوەبردن

بەڕێوەبردن (Administration)، یان (الادارة)، بە مانا گشتییەکەی ڕۆڵێکی گرنگو پڕبایەخ دەگێڕێت لە تواناو هێزی تاکەکانی نێو کۆمەڵگا بە هەموو جیاوازیو ئاستەکانیەوە، هەر کاتێك تاکەکەس تواناو هێزە شاراوەکانی خۆی یەکخستو برەوی پێدا بۆ گەیشتن بە ئامانجێکی دیاریکراو، ئەو کاتە گرنگی بەڕێوەبردن بۆ بە دیارخستنی وزە شاراوەکانو کەسایەتی تاکەکەسەکان بەدیار دەکەوێت.

لە ژێر ڕۆشنایی پێناسەی زۆر لە زاناو بیرمەندانی سەردەمی کۆنو نوێی وەك: (فریدریك تایلۆر، هێنری فایۆل، شستەر بێرنارد، جیمس مونیو زۆری تر)ی ئەو بوارە، توانراوە ئەو پێناسەیە لە کۆکراوەی هەموویان دەستبکەوێت کە دەڵێت: (بەڕێوەبردن: لە بنەڕەتدا کردارێکی زەینییە، هەمیشە هەوڵ دەدات بۆ بەدەستهێنانی باشترین ڕەگەزی بەرهەم لە هەر دامەزراوەیەك کە خۆی لە سەرچاوەی (کەسیو ماددی) دەنوێنێت، بە بەرزترین پلەی توانستیو کەمترین تێچوون، هەروەها کردارێکی دروستو تەواوکراوە، ئەو کەسەی پێی هەڵدەستێت، پێی دەڵێن: بەڕێوەبەر).

بێگومان هەر سیستەمی بەڕێوەبردنیشە کە وادەکات تاکەکانی نێو کۆمەڵگاش توانا شاراوەکانی خۆیانو هێزە نادیارەکانی عەقڵیان، بۆ گەیشتن بە ئامانجە ستراتیژییەکان، بە گەڕ بخەن.

لێرەدا دەبێت تاك هەوڵ بدات بۆ خۆی، خۆی بەڕێوە ببات، دواتر هەوڵ بدات بۆ بەڕێوەبردنی ئەو کارو ئەرکانەی لە ژیانی ڕۆژانەیدا دێنە بەردەمیو بە درێژایی تەمەنی بۆی دووبارە دەبنەوە، ئەمیش لە ڕێگای ئەندامەکانی جەستەیەوە بتوانێت بەشێوەیەکی گونجاو کاریان پێبکات. واتا بتوانێت خۆی بەڕێوەببات، تا بگات بە خاڵە سەرکەوتووەکانی ئایندە، لێرەدا خودبەڕێوەبردن بەرهەمدێت لە میانەی کارلێککردنی ئەم چوار شتە:

١- ژیری. ٢-دڵ. ٣- ویژدان. ٤- ویست.

پاشان دەبێت بزانین زۆر بەزانایی ئەم ئەندامانە بەکار بهێنین، تا بگەین بە لوتکە، بەوەی یەکەمجار لە دڵەوە بۆ ویژدانو دواتریش بۆ ویست، ئینجا ئەمانەش هەموویان پابەندبن بە ژیرییەوە، تاکو لە بڕیارەکانو بەڕێوەبردنی خودیدا.. سەرکەوتن بە دەست بهێنین، نابێت ئەوەشمان لە یاد بچێت کە بناغەی هەر بەڕێوەبردنێکی چاکیش خودی تاکە کەسەکەیە، تا بتوانێت پرۆسەکە بەسەرکەوتوویی بەڕێوەببات. بێگومان خودبەڕێوەبردنی تاکیش، بەشێوەیەکی ئەرێنی ڕەنگدانەوەی دەبێت بۆ هەنگاونانی خودی تاکەکە، بەرەو ئایندەو سەرپەرشتیکردنی بەڕێوەبردنەکانی دیکەی کایەکانی ژیانی.

هەروەها دەبێت شیکردنەوەو لێکدانەوەی بیرۆکەکان بکەین، تا بتوانین ئەو کارتێکەرییە بە پێی حەزو ویستی هەر تاکێكو کەسایەتییەك ڕێنوێنی بکرێت، پێش هەر شتێکیش دەبێت هێزی بەڕێوەبردنو فەرمانڕەوایی بەسەر ئەندێشەکاندا بەدەست بهێندرێن.

لێرەوە دەبێت کەسایەتیی تاك بەشێوەیەکی زانستیانە ڕێکبخرێت، تا بتوانێت بە ئاراستەیەکی گونجاودا بەڕێوەی ببات بۆ گەیشتن بە ئامانجە بنەڕەتییەکان، بۆئەوەی ڕاستەوخۆ هەڵبسیت بە ڕێکخستنی کەسایەتیت، ئەوا پێویستە چەند شێوازو ڕێگایەکی گونجاو بگرینەبەر:

١- ئەوشتانەی بەسەر ژیانتدا دێن، بە هەند وەریبگرە:

هەمیشە ئەو سوودو قازانجانەی لە ئەنجامی ڕێكوپێکیت بە دەستی دەهێنیت بە هەند وەریبگرە، بە پێچەوانەش هەر بە هەندی وەربگرە، چونکە ئەوە پاڵنەرێکە بۆ دەستبەکاربوونت بەرەو ڕێکخستنی خۆتو کەسایەتیت.

٢- کاربکە:

هەرگیز لە یەك دانیشتندا، داوات لێنەکراوە کە هەموو شتێك بەدەست بهێنیت، بەڵکو دەبێت هەمیشە لە هەوڵدانڈا بیتو کاربکەیت، تا بگەیت بەو ئامانجانەی کە لە هزری خۆتدا نەخشەت بۆ کێشاون، تا بگەیت بە ئایندە.

٣- خۆت پێکهاتەی خۆت بە: خەیاڵ بکەو بە دوای ئەو شێوازانەدا بگەڕێ، کە تەنها بۆ تۆ گونجاوە، بۆ بەدەستهێنانی سەرکەوتنەکانت، چونکە تۆ تەنها پێکهاتەی خۆتی، هەر خۆشت باشتر دەتوانیت لە خۆت بگەیت، لەچاو کەسانی دیکەو کەسانی دەوروبەر، تا هانایان بۆ ببەیت.

٤- هێواش بە لە نەخشەو دانانی ئەو سیستەمو پلانەی کە بۆ تۆ شیاوە:

هەموو دواکەوتنێك نێگەتیڤ نییە،"دواکەوتن لە پێناو داهێنان"دا پاڵنەرێکی باشە بۆ بەجێگەیاندنی کارەکانو ئەرکەکان، بۆیە ئارامگرتنو هێواش هەنگاوهەڵهێنان بەرەو ئامانجەکان، بەرهەمی باشی لێدەکەوێتەوە، بۆیە ئاگاداربە لە نەخشەو پلانەکانت. بیربکەرەوەو بە هێواشی هەنگاو ببڕە.

٥- فێری ئارامگرتن ببە:

تا ببیت بە کەسایەتییەکی بەهێزو خۆڕاگرو مرۆڤێکی ڕێكوپێك، خۆیشت بە دەستەوە مەدە بەرامبەر شتێك کە دەبێتە ڕێگر لەبەردەم ڕێکخستنو بەڕێوەبردنی ئەرکەکانت، ئەگەر بێتو چەندان جاریش هەرەس بهێنیت.

٦- بەردەوام کەسایەتیت ڕێکبخە:

چونکە ڕێکخستنی کەسایەتی هانت دەدات بۆ زیاتر لە ناوبردنی دواخستن، ئەگەر پێشتریش کارەکانت دوا دەخست، ئەوا لەمەودوا چیتر کارەکانت دوامەخە، تەنها لەبەر هۆکارێکی گرنگ نەبێت، بەڵام کارە گرنگەکان ڕاستەوخۆ بە ئەنجامدانی دەستپێدەکەن، نەك دواخستنی.

و: عبدالقهار بلباس

چۆنییەتی دروستکردنی بڕیار



بێگومان گرنگترین هۆکاری سەرکەوتن لە ژیاندا، بریتییە لە بڕیار دروستکردنو دەرکردنیشی لە کاتی گونجاودا، سا ئەو بڕیارە لە هەر بوارێك لە بوارە جیاوازەکانی ژیاندا بێت، لە هەڵسوکەوتکردن بێت لەگەڵ خودی خۆتدا، یان کەسانی دەوروبەر.

زۆرێك لە خەڵکان، کار دەکەنو هەوڵ دەدەن، پاشان لە کاتێکی ناسکی قۆناغەکانی کارکردنیان پێویستیان بە بڕیارێکی دروستو یەکلاکەرەوە هەیە، بەڵام بە هۆی دوودڵیو هەنگاوهەڵنەهێنان بەرەو دەرکردنی ئەو بڕیارە، یاخود بە هۆی نەزانیو شیاونەبوونیان بۆ دەرکردنی بڕیار، دەبنە هۆکاری لەدەستدانی کارەکانیان، لەوانەیە هەلێك لە دەست خۆیان بدەن، کە جارێکی تر بۆیان دووبارە نەبێتەوە.

بۆئەوەی هەر یەکێك لە ئێمە، کە نیازی بوو کارێك ئەنجام بداتو پێویستی بە بڕیارێکی دروست بوو، بۆ کارەکەی نەکەوێتە هەڵەیەکی ئاوا، کە پەنجەی پەشیمانی لە دواییدا بگەزێت، پێویستە پێش دەرکردنی بڕیارەکە، ئەم هەنگاوانە بگرینە بەر:

هەنگاوی یەکەم: کۆ کردنەوەی زانیاری تەواوو دروست لەسەر ئەو بابەتەی کە پێویستە بڕیاری لەسەر دەربکرێت، لەبەرئەوەی هەر کەموکورتییەك لە زانیارییەکاندا، بڕیاری هەڵەی بەدوادا دێتو پاشانیش بەرهەمی خراپو نادروست.

بۆ نموونە: قوتابییەك کە لە ئامادەییەوە دەردەچێتو دەیەوێت لە بەشێك لە بەشەکانی زانکۆدا، درێژە بە خوێندنەکەی بدات، بەڵام دوودڵەو نازانێت کام بەشەی هەڵبژێرێت، ئەوەدەم پێویست دەکات زانیاری تەواو لەسەر هەر بەشێك کۆ بکاتەوە، چ لە بارەی کاتو سیستەمی خوێندنی، یان ئەو بابەتانەی کە تیایاندا دەخوێنرێت، هەروەها پێویستە بزانێت مەرجەکانی وەرگرتن لەو بەشەی دیاری کردووە چین؟ دوای دەرچوونیشی پێویست دەکات بە چ جۆرە کارێك هەڵبسێت.

هەنگاوی دووەم: دەستنیشانکردنی ئەو هەڵبژاردنانەی کە گونجاوەو لەبەر دەستە، بە گوێرەی ئەو زانیاریانەی کە لە هەنگاوی یەکەم وەرگیراوە. ئەگەر لە نموونەکەی پێشوودا، وا دابنێین کە ئەو بەشانەی بۆ قوتابییەکە گونجاوە بریتییە لە (5) بەش، بۆیە پاش کۆکردنەوەی زانیاری لەسەر بەشە جۆراوجۆرەکان بۆی دەرکەوت کە سیان لەو بەشانە، لەگەڵ ئەودا دەگونجێتو ئامادەیی تێدا هەیە کە لێیانەوە بخوێنێتو گومانی وایە کە دەتوانێت لە پاش دەرچوونی لە هەر یەك لەو سێ بەشە دەتوانێت لە بواری کارەکەی سەرکەوتن بە دەست بهێنێت، ئەگەر چی مەرجی وەرگیرانی لە دوو بەشەکەی تریشی تێدا بێت.

هەنگاوی سێیەم: پەسەندکردنی باشترین هەڵبژاردە، کە لەبەر دەستییەتی، هەروەك لە نموونەکەی پێشوو دەرکەوت تەنها سێ هەڵبژاردە، لەبەردەم قوتابییەکەدا هەیە، ئەویش بریتییە لە (3) بەشی زانکۆ، بەڵام بە بەراوردکردنیان، یەکێك لەو سێ بەشە لای پەسەندە، جا بە هۆی ئەوە بێت کە سروشتی خوێندنی ئەو بەشە لەوانی تر جیایە، یاخود جیاوازی هەیە لە ماوەی خوێندن، یان جۆری ئەو زانستەی لێوەی فێر دەبێت، بۆ ئەوەی پاش دەرچوونی کاری لەسەر بکات، یان هەر هۆکارێکی تر کە وای لەو قوتابییە کردبێت، لە نێوان سێ بەش تەنها یەکێکیان پەسەند بکات، بۆیە خۆی یەکلا کردەوە کە ناوی خۆی لەم بەشە تۆمار بکات.

هەنگاوی چوارەم: ئەگەر هەر دوودڵیو نیگەرانی بەسەریدا زاڵبوو، نەیتوانی یەکێك لە بەشەکان پەسەند بکاتو باشترینیان دیاری بکات، دەتوانێت پشت ببەستێت بە (ئیستیخارەی شەرعی) کە پێغەمبەرمان (دروودی خوای لەسەر بێت) فەرمانمان پێ دەکات پێش ئەنجامدانی هەر کارێك ئەنجامی بدەین، پاشان دەتوانێت ڕای کەسی شارەزا لەم بوارەدا وەربگرێت.

هەنگاوی پێنجەم: جێبەجێکردنی بڕیار: لە دوای هەنگاوەکانی پێشوو، بێگومان کەسەکە بڕیاری خۆی دەرکردووەو ئەوەی هەڵبژاردووە کە خۆی مەبەستییەتی، تەنها ئەوەی لەسەر شان ماوە، کە دەست بکات بە جێبەجێکردنی بڕیارەکەی، کە بەرهەمی چوار هەنگاوەکەی پێشووە، پێویستە ئەوەش بزانین، کە بەبێ گرتنەبەری ئەم هەنگاوانە بڕیارەکە سەرکەوتوو نابێتو بەهایەکی ئەوتۆی نییە.

لە نموونەکەی پێشووماندا جێبەجێکردنی بڕیار: بریتییە لە مامەڵەی خۆناونووسکردنی قوتابی لەو بەشەی هەڵیبژاردووە، ئەویش بە زانینی کاتی ناو تۆمارکردنو ئەو داواکارییانەی کە پێویستە لە ناو فۆڕمی مامەڵەکەیدا هەبێت، پاشان ئەنجامدانی چاوپێکەوتنو دەستپێکردنی خوێندن لەو بەشەی لێی وەرگیراوە.

سەرچاوە:حتی لا تکون کلا: عائض القرني

و: گۆران جەمیل

میزەڵانی سوور

بەرەبەیانی جەژن، ڕەهەند میزەڵانێکی سوری کڕیو بە دڵخۆشی و شادیەوە گەڕایەوە بۆ ماڵەوە، ژینای خوشکی پرسی:

- ڕەهەند ئەوە چیت کڕیوە؟

- میزەڵانێکم کڕیوە لەوەی تۆ جوانتر.

ڕەهەند میزەڵانەکەی دەرهێناو دەستی بە بە فووتێکردنی کرد، میزەڵانەکە کەمە کەمە گەورە بوو، تاکو هێندەی شوتییەکی لێهات.

ڕەهەند بەردەوام بوو لەسەر فوتێکردن، میزەڵانەکە ئازاری پێگەشتو گوتی:

ڕەهەند بەسە لەوە زیاتر فوم تێمەکە!

- ڕەهەند: بۆچی؟

- میزەڵان: چونکە تۆ ئازارم دەدەیت.

- ڕەهەند: من دەمەوێت وا بکەم کە تۆ لە میزەڵانەکەی ژینا، گەورەتر بیت.

- میزەڵان: بەڵام ناتوانم لەوە زیاتر بەرگە بگرم، وا خەریکە پێستەکەم دەتەقێت!

- ڕەهەند: مەترسە، پێستەکەت نەرمەو دەکشێت.

- ژینا: ئاخر فشاری زۆر تەقینەوە دروست دەکات.

- ڕەهەند: تۆ پێت ناخۆشە، چونکە میزەڵانەکەی من، لەوەی تۆ گەورەترە.

- ژینا وتی: من پێم ناخۆش نییە، بەڵکو من ئامۆژگاریت دەکەم.

- ڕەهەند: من گوێ لە ئامۆژگاری تۆ ناگرم.

ڕەهەند فویەکی تری کردە ناو میزەڵانەکەیەوە، پاش کەمێك لە بەرامبەر دەموچاویدا تەقینەوەیەکی گەورە ڕوویدا، ڕاچڵەکی، ئەویش لە ئەنجامی تەقینی میزەڵانەکەیەوە بوو، ڕەهەند کەوتە سەر ئەژنۆو بێتاقەتو دەستەوەستان بوو، بە حەسرەتەوە تەماشای پارچەکانی میزەڵانە تەقیوەکەی دەکرد.

- ژینا گوتی: بینیت؟ بە قسەی من باوەڕت نەکرد!

- ڕەهەند: حەق بە تۆیە، من میزەڵانەکەم لە توانای خۆی زیاتر فوو تێکرد.

سەرچاوە: حکایات قبل النوم

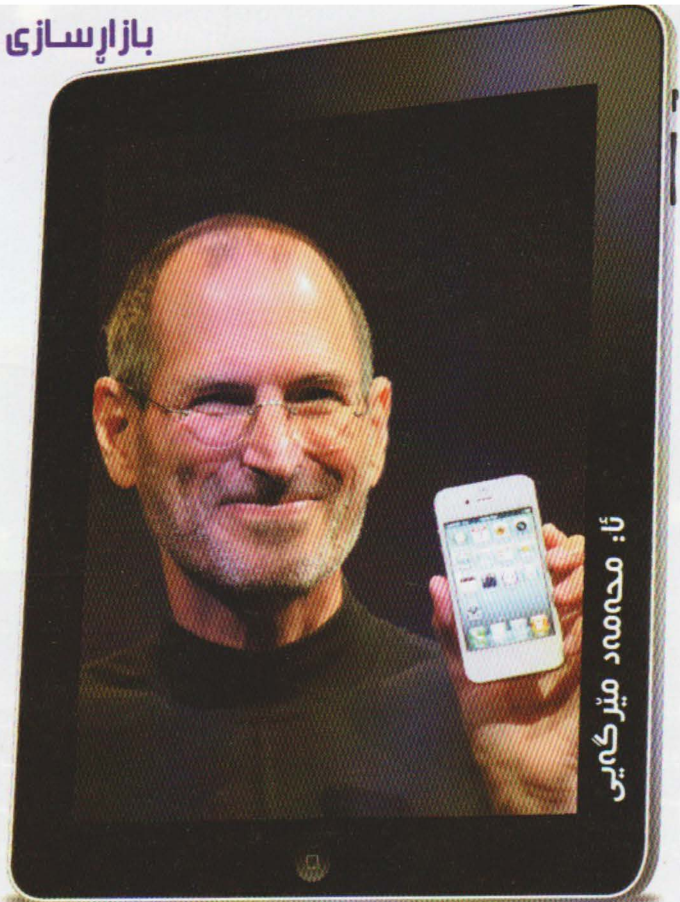
ئازا یوسف

قازێکی دادپەروەر

لە ڕۆژێکی پڕشنگداردا، کەروێشکێکی خنجیلانە یاری دەکرد، زۆر دڵخۆش بوو بەو سەوزاییەی، کە تەواوی ناوچەکەی داپۆشی بوو، لە ناکاودا لە نزیك لانەکەیدا، گوێی لە نوزانەوەیەك بوو، هەر کە بەدوای دەنگەکەدا جوو، بینی.. ڕێوییەك بەردێکی گەورەی کەوتۆتە سەرو ناتوانێت جوڵە بکات، ناڵەو هاوارێتی، گوتی: کەروێشك گیان، تۆ دەتوانیت ڕزگارم بکەیت، ئەم بەردە لەسەرم لاببە، تا ڕزگارم ببێت، تکایە یارمەتیم بدە، کەروێشکی وریا بەردەکەی لابرد، بەڵام ڕێوی فێڵباز گوتی: لە بری ئەو چاکەیەی لەگەڵتدا کردم، دەتخۆم، چونکە من چاکە نازانم، ڕێوییەکی برسیم، دەبێت هەر بتخۆم بە درێژایی ئەمڕۆ نانم نەخواردووە. بەڵام کەروێشکی دانا گوتی: چۆن دەمخۆیت، کە من بووم بە هۆی ڕزگار بوونت؟

ڕێوییەکە سوور بوو لەسەرئەوەی دەبێت کەروێشکەکە بخوات، کەروێشکی وریا پێشنیاری کردو گوتی: با بڕۆینە لای ئەو قازەی دراوسێمانە، ئەو دەکەین بە دادوەر، جونکە لە کاروباری ئاژەڵاندا زۆر شارەزایە. ڕێوی فێڵباز خۆشحاڵ بوو، لە دڵی خۆیدا گوتی: دەی قازەکەش دەخۆم، بۆیە ڕازی بوو کە بچنە لای قازی دادوەر، هەر کە گەیشتنە لای قازەکە، ڕێوی تەواوی باسەکەی بۆ گێڕایەوەو گوتی: ئەی قاز من دەمەوێت، ئێستا لە بری ئەوە، ئەم کەروێشکە بخۆم، من بۆ ڕاو، هاتبووم، بۆیە مافی خۆمە بیخۆم، هەرچەندە منی ڕزگارکردووە، بزانم تۆ بڕیارت چییە؟

کەروێشك گریاو تەواوی بەسەرهاتەکەی باسکرد، کە چۆن ئەم بەردەم لەسەری لابردووە لە بری ئەوەی سوپاسی بکات، دەڵێ: دەتخۆم! قازەکە گوتی: ڕاست دەکەیت. بیری کردەوە کە چۆن کەروێشکەکە ڕزگار بکات، گوتی: من باوەڕ بە هیچ کامتان ناکەم، تا بەچاوی خۆم ڕووداوەکە نەبینم، با بڕۆین بۆ شوێنی ڕووداوەکە، با بزانم چۆن ئەم بەردە لەسەر ڕێوییەکە بووەو چۆن تۆی کەروێشك، ڕزگارت کردووە، من ئەو کات دەتوانم بڕیار بدەم، ڕێوییەکە خۆشحاڵ بوو، گوتی: هەر ئێستا هەردووکیان دەخۆم، قازی وریا گوتی: دەی کەروێشك بەردەکە هەڵبگرینو بابزانین چۆن توانیت بەردەکە لا ببەیت، با بە چاوی خۆم ببینم، هەرکە بەردەکە کەوتە سەر ڕێوییەکە، ڕێوی نەیتوانی جوڵە بکات، قازی دادپەروەر، بڕیاری دا بۆ هەتا هەتایە لە ژێر بەردەکەدا بمێنێتەوەو گوتی: مافی ئەوەت نییە ئازاد بیت.. ئەی ڕێوی فێڵباز، تۆ شایەنی هیچ شتێك نیت، چونکە لە بری چاکە ناتوانیت چاکە ببەخشیت!



ئا: محەمەد مێرگەیی

(ستیڤ جابز) داهێنەری ئایفۆنو ئایپاد

(من بە گیانی شادمانییەوە کاردەکەم. لە کۆمپانیاکەمدا (ئەپڵ)، تەنیا پرۆگرامسازەکان کارناکەن، بەڵکو نیگارکێش و هۆزانڤانانیش کاری تێدا دەکەن. بۆئەوەی بتوانین داهێنانی زۆر پێشکەش بکەین). ئەم دەستەواژانە هی بلیمەتی ئەمریکی (ستیڤ جابز)ی دامەزرێنەری کۆمپانیای (ئەپڵ)ە، کە یەکێکە لە بەناوبانگترین کۆمپانیاکانی کۆمپیوتەرو داهێنەری ئامێرەکانی (ئایفۆنو ئایپاد)ە.

سەرت سووڕنەمێنێت کاتێك فیلمی (چیرۆکی یارییەکان)، یان (نیمۆ)، یاخود (کۆمپانیا سامناکەکان) دەبینیتو ناوی (ستیڤ جابز)یش، وەکو بەرهەمهێنەرو سەرپەرشتیار لەسەر ئەم فیلمانە نووسراوەو جەندان میلۆنیان بەدەستهێناوە، بێگومان لەمەوە بۆت دەردەکەوێت کە بلیمەتێك لە پشتەوەی ئەم داهێنانە مەزنەوەیە.

(ستیڤ پول جابز) بە ڕەگەز خەڵکی وڵاتی سوریایەو لە ٢٤/ی شوباتی ١٩٥٥ز دا، لە ویلایەتی کالیفۆرنیای وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا لە دایکبووە، لەبەرئەوەی باوکی کۆچی دوایی کردووە، هەردوو هاوسەر (پولو کلارا جابز) بەخێوییان کردووەو کردوویانە بە منداڵی خۆیان. تەمەنی منداڵییەتی پڕبووە لە حەزو ئارەزوو خەریکبوونو هۆگربوون بە ئەلیکترۆنییەکانەوە، تا ئەو ئەندازەیەی لە تەمەنی سێزدەساڵی و لە پشووی هاویندا، بۆ مەشقو کارکردن چۆتە کۆمپانیای بەناوبانگی (HP). بیرو هزری ئەم منداڵە، ئۆقرەی نەدەگرتو مێشکی بەردەوام کاری دەکرد، ئەمە هەم لە کاتی خوێندنی قوتابخانەداو هەم لە کاتی پشوودا. تەنانەت لە کاتی خوێندنەکەیداو لە قۆناغی دواناوەندیدا، پارچەیەکی ئەلیکترۆنی داهێناوە. ئەوەی جێگەی سەرسامی بوو لە کاتی چوونی بۆ زانکۆ، نەیتوانی لە ساڵی یەکەمی خوێندنیدا دەربچێت! ئەمەش بە هۆی ئەم هۆگرییەوە بوو، کە بۆ ئەلیکترۆنییەکان هەیبوو. پاشان دەستی بە دیاریکردنی ئامانجو ئاڕاستەکەی کردو لەوە تێگەیشت، کە ئەو بۆ جیهانی کۆمپیوتەر دروست بووە.

ستیڤ جابز دەستی کرد بە بەرەوپێشبردنی بەهرەکانی لە جیهانی کۆمپیوتەرداو بەستنەوەی ئەم بەهرانە بە توانا هونەرییەکەیو خەیاڵە فراوانەکەی کە وەستان ناناسێتو بەربەستەکانیش ڕێگەی پێناگرن. ستیڤ، بیرۆکەکانی خۆی لە بارەی دیزاینکردنی یارییەکان خستە بەردەمی کۆمپانیای (ئەتاری)و دیزاینی چەند یارییەکی کرد کە جیهان پێیان سەرسام بوو. وێڕای ئەم سەرکەوتنە، ستیڤ جابز کۆمپانیاکەی بەجێهێشتو چووە وڵاتی هیند، پاشان گەڕایەوە، تاوەکو لە تەمەنی بیستو یەك ساڵیداو لەگەڵ هاوڕێی تەمەنی، بە ناوی (وزنیاك) بەشداری بکات لە دانانی بەناوبانگترین کۆمپانیای کۆمپیوتەر لە جیهاندا، کە ئەویش کۆمپانیای (ئەپڵ) بوو، ناوەکەیشی لەو سێوەوە وەرگرت، لە کاتی گەڕان بە دوای ناوێکدا بۆ کۆمپانیاکە، بەدەستییەوە بوو!

لە سەرەتادا ستیڤ جابز بۆ بەدەستهێنانی سەرمایەیەك بە بڕی ١٣٠٠ دۆلار بۆ بنیاتنانی کۆمپانیای ئەپڵ، ئۆتۆمبێلەکەی خۆیو هاوڕێیەکەای ئامێری کۆمپیوتەرەکەی فرۆشت بۆ بەدەستهێنانی ئەو بڕە پارەیە، کەچی لە ئێستادا ئەگەر کەسێك بیەوێت کۆمپانیای ئەپڵ بکرێت، ئەوا دەبێت ٣٠٠ ملیار دۆلار بژمێرێت.

ستیڤ جابز دەڵێت: (پرسیاری ئەوە مەکە کە بریکارو کڕیارەکەت لە ئێستادا چی دەوێت، بەڵکو لێی بپرسە لە ئاییندەدا ئارەزووی چی دەکاتو خەون بە چییەوە دەبینێت؟!)

بۆیە ستیڤ جابز لە سنووری جیهانی کۆمپیوتەری ئاساییدا نەوەستا، بەڵکو بەرەوپێشەوەی برد، تاوەکو گەیشتە (ئایفۆن)، کەوا بەریتانییەکان بە هەشتەمین داهێنراوە هەرە گرنگەکانی مێژوویان ئەژمار کردووە، کاتێك جابز داهێنانی ئەم ئامێرەی ئاشکراکرد گوتی: (بۆ جارێکی تر تەلەفۆنمان داهێنایەوە).

لە بارەی ئامێری (ئایپاد)یشەوە ئەوا گۆڤاری بەناوبانگی (تایم) بە گرنگترین داهێنانی ساڵی ٢٠١٠ی هەڵبژاردووە. لەبارەی کەسایەتی (ستیڤ جابز) خۆیەوە، ئەمریکییەکان بە کەسایەتی دە ساڵەکانی نێوان ١٩٨٠ تا ١٩٩٠ یان ناساندووە، وەك گرنگترین کەسی ئەمریکی کە کاریگەریی هەبووە لە ژیانی ئەمریکاییو بەرەوپێشبردنیدا، هەروەك کاریگەریی لە هەموو جیهانیش کردووە.

ئەگەرچی ستیڤ جابز لە ٢٠٠٤ ەوە تووشی نەخۆشی هاتووە، بەڵام ئەو هێشتا بە ئەوپەڕی دڵسۆزیو گەرموگوڕییەوە کاردەکاتو داهێنانی نوێو تازە پێشکەش بە جیهان دەکات. ستیڤ جابز پشت بەو گیانی منداڵییەی خۆی دەبەستێت کە لە ناخو دەروونیدا هەیەو وای لێدەکات بە هەمان شێوەی سەردەمی منداڵیی، بە شادمانییەوە کارو تێکۆشانی خۆشبووێت.

سەرچاوە: گۆڤاری (العربی الصغیر) ژمارە ٢٢٦ ساڵی ٢٠١١

بایەخی کڕیار



محەمەد هاشم

لە وڵاتی یابانو لە شاری ئۆساکادا، شیرینیخانەیەکی بەناوبانگ هەبوو. ناوو ناوبانگەکەی بەهۆی ئەو شیرینییە بەتامانەوە بوو، کە دروستی دەکردن.. بەڵام لەبەرئەوەی نرخی شیرینییەکانی، زۆر گران بوو.. هەر کڕیارە دەوڵەمەندەکان، سەردانی ئەم شیرینیخانەیان دەکرد.

خاوەنی شیرینیخانەکە، هەمیشە لە پشت مێزی پارەوەگرتنەکەوە، دادەنیشتو لەکاتی بەخێرهێنانی کڕیارەکانیدا، لەبەریان هەڵنەدەستا. بەلایەوە گرنگ نەبوو، کڕیارەکە چەندە داراو دەوڵەمەندە.

ڕۆژێکیان هەژارێك بە بەرگێکی شڕۆڵەی پڕپینەو قژێکی بژی لوولەوە، هاتە ناو شیرینیخانەکەوەو بەئەنقەست، لە مێزی خاوەن فرۆشگەکە، نزیك کەوتەوە.

بەر لەوەی هەژارەکە، بگاتە لای مێزەکە، خاوەن فرۆشگەکە، لەپشت مێزەکە هاتەدەر، شاگردە فرۆشیارەکانی خستە لاوە، بەو پەڕی خۆبەکەمگرتنەوە.. بەخێرهاتنێکی گەرموگوڕی کردو بە پشوودرێژییەکی تەواوەوە، چاوەڕێی کرد.. تا هەژارەکە، گیرفانەکانی خۆی بگەڕێتو بۆ کڕینی پارچە شیرینییەك، پارەیەك بدۆزێتەوە!

خاوەن فرۆشگەکە، زۆر بەڕێزو ڕووخۆشییەوە، شیرینییەکەی خستە ناو دەستی هەژارەکەوەو کاتێکیش ویستی شیرینیخانەکە بەجێ بهێڵێت، هەمدیسان خاوەن شیرینیخانەکە، بەڕێزێکی بەرفراوانەوە، تا دەرەوەی فرۆشگەکە، یاوەری کردو ماریفەتێکی زۆری نواندو خوداحافیزی لێ کرد.

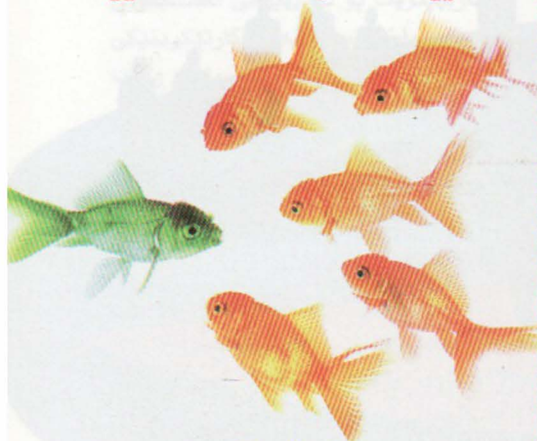
دوای ئەوەی هەژارە جلشڕەکە، فرۆشگەکەی بەجێ هێشت.. شاگردە فرۆشیارەکانی شیرینیخانەکە، خۆیان پێ ڕانەگیراو لە خاوەن شیرینیخانەکەیان پرسی:

ئێوە کە بۆ کڕیارە دەوڵەمەندەکان، لە جێی خۆتان نابزوێنو هەڵناسن.. دەی بۆچی بۆ پیاوێکی هەژاری نەداری بەرگ پینەدار، بۆ خۆتان بۆ خزمەتکردنو بەدەمەوەچوونی، سازو ئامادە بوون؟!

خاوەن فرۆشگەکە، لە وەڵامیاندا گوتی:

«ئەو هەژارە بەرگ پینەدارە، بە هەموو دارونەدارو کایەومایەی خۆیەوە، پارچە شیرینییەکی کڕیو شانازیو شکۆی بە ئێمە بەخشی. ئەو شیرینییە، بێ دوودڵی بۆ ئەو زۆر خۆش بوو. شیرینییەکەشمان، بەلای دەوڵەمەندەکانەوە، شیرینییەکی باشە.. بەڵام نەك بەو ئەندازەیەی کە بۆ ئەو هەژارە نەدارە، خۆشو باشو بایەخدارە.»

تا نەیانخواردوویت.. خۆت بخۆ!



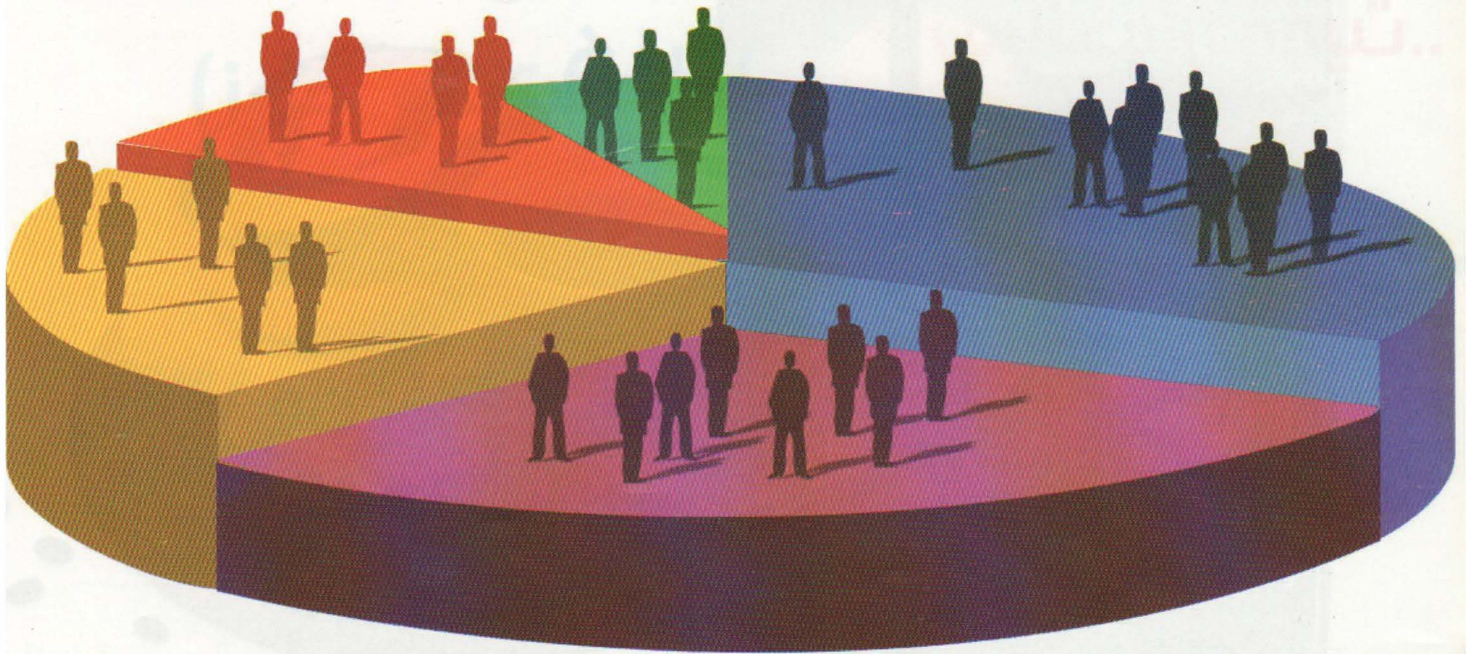
ئەم زاراوەیە، تازەکی هاتووەتە ناو چەمکەکانی بازاڕسازییەوەو بەوە لێك دەدرێتەوە کە.. بەرهەمەکەت بەزیان بفرۆشیت.. ئەویش بەوەی لە ڕەوتی بەرهەمهێنانی کۆمپانیاکەتدا، بەرهەمێکی دیکە بخەیتە ناو بازاڕەوە.

هەڵبەتە، ئەمە زۆر باشترە لەوەی، لەسەر دەستی ئەو کۆمپانیایانەی شانەخڕێت لەگەڵدا دەکەن، هەموو فرۆشی خۆت لەدەست بدەیت.. کە ڕەنگە بەرهەمێك بخەنە ناو بازاڕەوە، زەوتی فرۆشی تۆ بکات.

ئەو دەمەی بەرهەمێکی نوێ، دەخەیتە ناو بازاڕەوە، پێویست ناکات، بەرهەمە کۆنەکەت بکشێنیتەوە، چونکە ئەو بەرهەمە، پارەی تەرخانکراوی خۆی، بۆ خەرجکراوە. هەروەها دەتوانیت بەنرخێکی کەمتر، لە بەرهەمە نوێیەکەت بیفرۆشیت.

ئەمەش سەربەستی لەکڕیندا، بۆ کڕیارانو بەپێی باری ئابوورییان، دەڕەخسێنێت.. بەڵام سەرباری ئەوە، دەبێت بەرهەمە نوێیەکە، تایبەتمەندییەکی تێدا هەبێت، کە لەوەی پێشتردا نەبێت. ئەوەش بۆئەوەی بەرکارهێنەران سەرگەردان نەبن، یاخۆ نەڕەنجێنو لە کڕین نەکشێنەوە.

ئا: ئەمیر ئەحمەد عبدالقادر



زیادبوونی ژمارەی دانیشتووان

پێشبینی دەکرێت، لە چەند ساڵی داهاتوودا، ژمارەی دانیشتووانی جیهان، بگاتە نزیکەی ٧ ملیار کەس، ئەمەش بۆ گەشەسەندنی خێزانی دانیشتووان لە وڵاتانی جیهانداو بەتایبەتیش وڵاتە تازەپێگەیشتووەکان، دەگەڕێتەوە.

(لیلیان فرانکل) لە پەرتووکەکەیدا بە ناونیشانی (پێشەکییەك لە توێژینەوەی زانستی دانیشتووان) دووپاتی کردووەتەوە کە ڕۆژانە ژمارەی دانیشتووانی جیهان، نزیکەی (٥٥٠٠٠) کەس زیاد دەکاتو ساڵانە ئەو ڕێژەیە دەگاتە (٢٠) ملیۆن کەس.. نووسەر نموونە لەسەر وڵاتەکەی دەهێنێتەوەو دەڵێت: لەسەر ئاستی ناوخۆیی وڵاتی سعودیەش ژمارەی دانیشتوان لە ساڵی ١٩٧٠ز (٥،٧) ملیۆن کەس بووەو ساڵی ١٩٩٥ز گەیشتووەتە ١٨،٣ ملیۆن کەس، لە ساڵی ٢٠٠٠دا ژمارەی دانیشتووان بووە بە (٢٠،٨٤٦،٨٨٤) ملیۆن کەس، ئەمەش بە پێی دوا لێکۆڵینەوەی دیمۆگرافی کە دەزگای ئامارو سەرژمێری گشتی لە وەزارەتی پلاندانان ئەنجامی داوە..

ئەو کێشەو گرفتانەی لە ئەنجامی زیادبوونی دانیشتووان پەیدا دەبن، بە کورتی لە گرفتی ئابووری و لە چەندین پێداویستیو ئارەزووی نوێو بەردەوامدا خۆی دەبینێتەوە، بەرانبەر داهاتە ئابوورییە سنوردارەکان (یان دەگمەنەکان)، لەسەر ئاستی کۆمەڵگا، ئەوەی کێشەکە سەخت تر دەکاتو بەردەوامی پێدەدات دەستگرتنی دانیشتووانی باکووری گۆی زەوی (وڵاتە دەوڵەمەندەکان)ە بەسەر ٨٠٪ی سامانی جیهانیدا، کە ئەوان لە چواریەکی دانیشتووانی جیهان تێناپەڕن، بەرامبەر ٢٠٪ی سامانی جیهانی بۆ زۆرینە (نزیکەی ٧٥٪ی دانیشتوانی گۆی زەوی)، بۆیە نزیکەی دوو لەسەر سێی دانیشتووانی جیهانی بە دەست گرفتو کێشەی مەترسیدارەوە دەناڵێنن، کە هەڕەشە لە تەندروستیو ژیانیان دەکات، چونکە هەر تاکێك لەوان ڕۆژانە بە کەمتر لە نیو دۆلار گوزەران دەکات، زۆربەی ئەوانەش دووچاری نەخۆشییەکانی بەدخۆراکی بوون کە بە هۆی هەژارییەوە تووشبوون، (هەروەك لە وڵاتانی کیشوەری ئەفریقیاو هەندێك وڵاتی ئاسیاو ئەمریکای لاتینی بەرچاودەکەوێت). ڕۆبەرت مکنمارا لە پەرتووکەکەیدا (one hundred countries two billion people) ئەمەی دووپات کردۆتەوە.

- لەو پەرتووکانەی سەرنجیان ڕاکێشاوم بۆ خوێندنەوە، پەرتووکی (بنية التخلف)ی بیریار مامۆستا (ابراهيم البليهى) بوو، لە پێشەکییەکەیدا هاتووە: (دواکەوتوویی پێکهاتەیەکی داخراو توندوتۆڵەو میکانزمێکی ئاڵۆزی هەیە کە بەردەوامیو مانەوەی مسۆگەر دەکات، ئەم پێکهاتەش بنچینەیە لە درووستبوونی گشت کۆمەڵگاکان، هەر ئەوەش هۆکارە بۆئەوەی شاڵاوی دواکەوتوویيو نەزانین زۆرینەی کۆمەڵگاکانی سەرزەوی دابپۆشێت، چونکە دواکەوتوویی بارێکی سروشتییە، بەڵام ڕزگاربوون لێی، بارێکی کتوپڕو نائاساییە کە هیچ کۆمەڵگایەك پێی ناگات، تەنها بە تێکۆشانو خەباتێکی بێوچان نەبێت، لە نێوان هێزی ژیریو ویژدانو ویستو دەروونندا، بە چەشنێکی ئەوتۆ ئەو تێکەڵە هاوسەنگە ببێت بە ڕەفتارێکی گشتی لە کۆمەڵدا لە ڕووی بیرو هۆشو ئاکارەوە، بەڵام ئەو هێزە تێکەڵەش، لە حاڵەتی دەگمەندا نەبێت نایەتەدی، چونکە کۆمەڵگا ناتوانێت لە پێکهاتەی داخراوی خۆی

دەربچێت، تەنها لە بارودۆخی دەگمەندا نەبێت، بۆیە زۆرێك پێیان وایە (منیش لەوانەم) فێربوون دەروازەی یەكەمە بۆ هەڵساندنەوەی كۆمەڵگاو ڕەواندنەوەی هەوری دواكەوتوویی‌و نەزانی‌و تاریكی‌و هەنگاونان بەرەو پێشكەوتن‌و سەرفرازی‌و هەستكردن بە بەرپرسیارییەتی، ڕۆڵی كاریگەر لە پرۆسەی پەرەپێدان‌و گەشەسەندن بە مەرجێك ئەوەی پەیوەست بێت بە هۆشیاری پێویست لە لایەن سەرجەم تاكەكانی كۆمەڵگاوە، تا فێركردن بە تەواوی ئامانجەكانی دێنێتەدی‌و لەوەش گرنگتر ئامادەسازی‌و ڕازیبوون بە گۆڕانكای بەرەو باشتر، لەم بارەیەوە جونار میردال دەڵێت: هەر هەوڵێك بۆ ئامادەكردنی نەتەوەیەكی تەواوو پێگەیشتوو، كە هەریەك لە تاكەكانی ئەو نەتەوەیە بەشداری لە گەشەكردنیدا بكات، بێگومان دەبێت لە گشتاندنی فێركردنەوە سەرچاوە بگرێت، چونكە پەروەردە، فاكتەرێكی گرنگە لە پرۆسەی پەرەپێدان‌و ئەمەش لە لای پەروەردەكاران‌و مێژوونوسان، بەهای زانراوە، هەروەها ئابوریناسانیش بە هەمان تێڕوانین سەیریان كردووە. لە وتەی ئادەم سمس بۆ سەرەوە، فیلیب كومبز دەڵێت:

(ئەگەر وڵاتێك خوازیاری گەشەكردنی ئابووری بێت، شارستانییەتی بەرەو پێشكەوتن بەرێت، بەشداری لە ژیانی نێودەوڵەتی بەیەكداچوودا بكات، لە لایەنی كۆمەڵگای نێودەوڵەتییەوە ڕێزی لێ بگیرێت، ئەوا پێویستە لەسەری گەلەكەی فێربكاتو نەخوێندەواری نەهێڵێت).

لەمڕۆدا لە كاتی تاكەكاندا (بەتایبەتیش گەنجەكان) ئینتەرنێت پشكی شێری بەردەكەوێت، چونكە نوێترین هۆكاری گەیاندنە، بەڵكو خێراترین‌و گشتگیرترینیانە، نەك هەر ئەوەندەش، بەڵكو بۆ زۆر كەس جێگەی خۆشحاڵییەو بە هەند وەریدەگرێت، هەر بۆیە كاتێكی زۆری پێوە بەسەر دەباتو لە سایتێكەوە دەڕوات بۆ یەكێكی ترو لە وڵاتێكەوە دەچێت بۆ وڵاتێكی ترو لە ماوەیەكی كورتدا بە جیهاندا دەگەڕێتو لەگەڵ ئەوەدا قسەدەكاتو دەنوسێت و وەردەگرێتو بەم شێوەیە، كات بەسەر دەچێتو تاك هەستی پێناكات، لە ماوەیەكی كەمدا چەندین پرۆسەی خێرا ئەنجام دەدرێتو ئەو لە شوێنی خۆیەوە زۆر ماندوو نابێتو جوڵە ناكات، تەنها لە چوارچێوەیەكی بەرتەنگدا نەبێت. دوای هەموو ئەمانەش، جێگەی داخە كە زاڵبووە بەسەر هەموولایەكدا. ئەوەی جێگەی بایەخە ئەوەیە كە ئەو كەسە سوودی لێ دەبینێت، بەكاری دەهێنێت بۆ بەرەوپێشبردنی توانستەكانی لە بواری ئایدیاو زانستی‌و ڕۆشنبیری.

یەكەمجار ئینتەرنێت لە دامەزراوە سەربازییەكانی ویلایەتە یەكگرتووەكانی ئەمریكاداو لە ساڵانی شەستەكانی سەدەی بیستەمدا سەری هەڵداو بەكاهێنرا، ئەوەش لەبەر پێویستیان بوو بە هۆكار (ناوەندی)ی بێوەی، بۆ جموجوڵ پێكردنی زانیارییەكانیان لە جیهان (سنورەكان) لە میانی پێگەیاندنی كۆمپیوتەرییەوە كە ناسراوە بەناوی Arpanet لەپێناو بەكارهێنانی هەمەجۆردا. بۆ ماوەی ٢٠ ساڵ ئەمە بەردەوام بوو، ناسراو بەكارهێنرا لە لایەن سێ جۆرە كەس بە تەنها، ئەوانەش دامەزراوە سەربازییەكانی ئەمریكا، ناوەندە ئەكادیمییەكان، ئارەزومەندانی بەكارهێنەری كۆمپیوتەر بوون. دوای ئەوە (لە ساڵانی هەشتاكانی سەدەی بیستەمدا) بەكارهێنانی ئینتەرنێت بەشێوەیەكی بەرفراوان لە كۆمپانیا گەورەكاندا پەرەی سەند، لەم دواییانەشدا (ساڵانی نەوەدەكان) بە كارهێنانی ئینتەرنێت كەوتە دەستی سەرجەم تاكەكانی كۆمەڵگەو كۆمپانیاكانی بازرگانی‌و پیشەسازی‌و شتی تریش، ئێستاكە دەتوانرێت بە هۆی تۆڕی ئینتەرنێتەوە، هەرشتێك بفرۆشرێتو بكردرێت.

ئینتەرنێت پێناسە كراوە بەوەی كە لەتۆڕێكی جیهانی پێكهاتووە، سەرجەم ڕێكخراوو دامەزراوەجیاجیاكان دەگرێتەوە لە ڕووی بوارو ئاستەوە، (حكومی، تایبەتی، گشتی).

** سەرجەم وڵاتو ڕێكخراوە نێودەوڵەتی‌و هەرێمایەتییە تایبەتمەندەكان، لە هەوڵی بێوچاندان بە هەموو هێزو تواناییانەوە، بۆ نەهێشتنی تاوانە كۆمەڵایەتی‌و ئابورییەكان‌و لەسەروشیانەوە پارەو پوولە پیسەكان (DIRTY MONEY) كە لە هەندێ كارو چالاكی نایاساییدا بەدەست دەهێنرێت، وەكو : (بازرگانی ماددە سڕكەرەكان، كارتێكەرە ژیرییەكان، بازرگانی چەكو تەقەمەنی. بازرگانیكردن بە ئادەمیزاد، (فرۆشتنی ئەندامەكانی جەستەی مرۆڤ، فرۆشتنی منداڵان، لەشفرۆشی)، بێگومان هۆكارە بەكارهێنراوەكانی ئەم مەبەستانە پێشكەوتوون‌و تەنانەت لە میانەی تۆڕی جیهانیی ئینتەرنێتەوە ئەنجام دەدرێن، گەندەڵی سیاسی‌و دارایی‌و ئیداری).

گەندەڵی بەوە پێناسە دەكرێت كە ئەركێكی گشتی بەشێوەیەكی نایاسایی بەكاربهێنرێت بۆ بەدیهێنانی دەسكەوتی تایبەتی. یاخود بریتییە لە كارتێكردنێكی نایاسایی كە لە سیستمی سیاسی وڵاتدا گۆڕانكاری دەكات، (٥) تیرۆریزم، لە كۆتاییشدا تاوانكاری ڕێكخراو (مافیا).

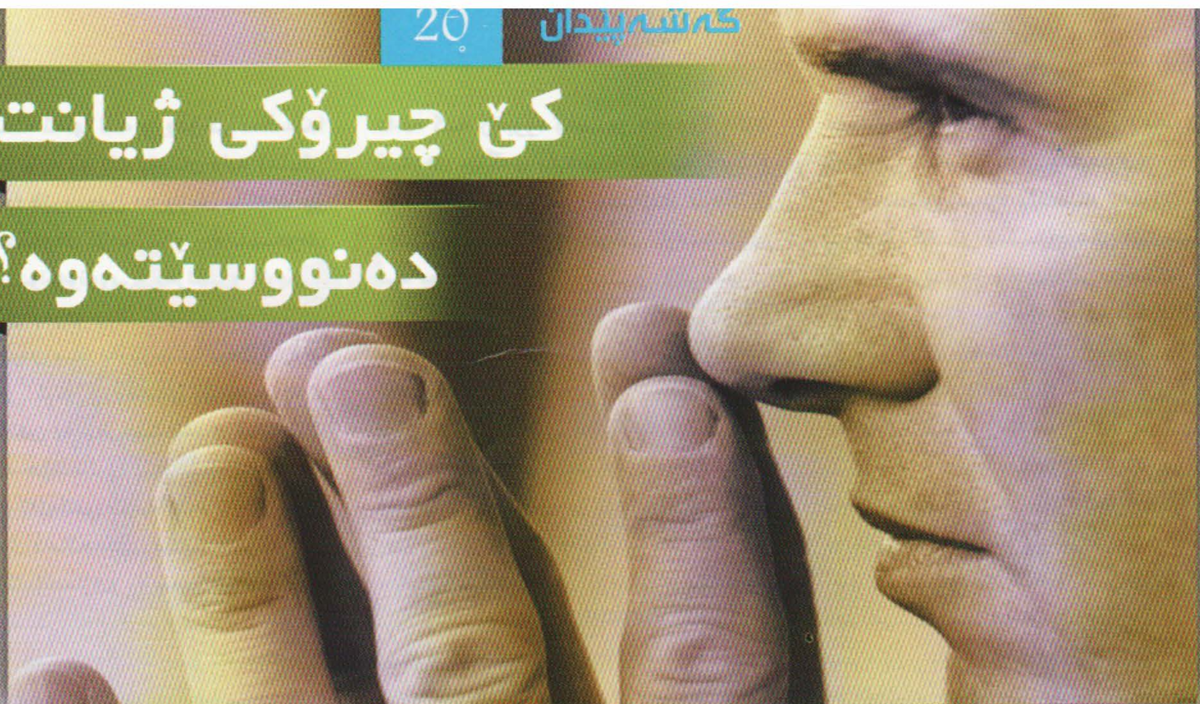
*** بەردەوام چەندین داخوازی لە لایەن دڵسۆزانەوە پێشكەش دەكرێت، بۆ گۆڕانكاری بارودۆخی ئێستای وڵاتانی جیهانی سێیەم كە تارادەیەكی زۆر دەستەوەستانە لە هێنانەدی زۆربەی ئارەزوو، پێداویستییەكانی ڕۆڵەكانی لە لایەنە جیاوازەكانی سیاسی ئابوری‌و كۆمەڵایەتی‌و ڕۆشنبیری‌و هزری... هتد.

پێشنیار دەكرێت بۆ دروستكردنی هاوپەیمانێتی، یاخود ڕێكخراوی ئابوری چالاك نەهێشتن، یان دانانی سنورێك بۆ بێكاری‌و هەژاری‌و قەڵاچۆكردنی نەخوێندەواری بە هەموو چەشنەكانییەوەو شتی دیكەش، ئەو داخوازیانە لەسەر ئەو توانستە مەزنەی وڵاتانی جیهانی سێیەمەوە هەیانە وەستاوە، لە هەمان كاتدا ئەگەر سەرنج لە وڵاتانی كەنداو بدەین، ڕێژەی پترۆڵی یەدەگی مسۆگەر كراو بە گوێرەی یەدەگی جیهانی دەگاتە ٦٢,١٪، بەڵام ڕێژەی یەدەگی گازی سروشتی بە گوێرەی یەدەگی جیهانی دەگاتە ٢٣,٧٪ ڕۆژانە بڕی ٢١,١ ملیۆن بەرمیل نەوتی خاو بەرهەم دەهێنێت (ئەمەش دەگاتە ٣١,٦٪ی بەرهەمی جیهانی نەوتی خاو).

لە كۆتاییدا ڕێژەی هەناردەكانی شتو مەك بەهای ٢٤٣,٣ ملیار دۆلار بووە كە دەگاتە نزیكەی ٣,٩٪ ی هەناردەكانی جیهان. لە كاتێكدا كەرەسەهاوردەكان بەهای ١٥٢,٥ ملیار دۆلار بووە، كە دەگاتە ڕێژەی ٢,٤٪ ی هاوردەكانی جیهان.

بۆ ڕووبەڕووبونەوەی هەموو ئاستەنگە دەرەكی‌و ناوخۆییەكان لە ڕووی سیاسی‌و ئابوری‌و كۆمەڵایەتی‌و هزری‌و ڕۆشتبیرییەوە. تاكە چارەسەر یەكڕیزی‌و پێكەوەژیان‌و یەكترخوێندنەوەو پێكەوە كاركردنە بۆ نەهێشتنی دیاردەی هەژاری‌و بێكاری. بەبێ ئەوە، تاكە هەنگاوێك ناچنە پێشەوە، بەڵكو چەندین هەنگاو بەرەو دواوە دەگەڕێنەوە .

بە پێنووسی/ م. عبداللە بن محمد المالكی/ ماستەر لەئابوریدا



کێ چیرۆکی ژیانت دەنووسێتەوە؟

ئا: پێگەرد فارس

لەوانەیە ڕۆژێك چیرۆكێك، یان چەند ڕۆمانێکت خوێندبێتەوە، یان لە ڕادیۆدا گوێبیستی بووبیت، هەموو یەکێك لە ئێمە بەشێك لە منداڵیمان، لەگەڵ فیلم کارتۆندا بەسەربردووەو بە دەیانو سەدان لە ڕووداوو چیرۆکی ڕاستەقینەو ئەندێشەمان بینیووە، کە هەندێکیان بە جۆرێك سەرنجی ڕاکێشاوینو ناخمانی هەژاندووە، تا ئەو ڕادەیەی هەڵدەسین بە چاولێکەری ئەو کەسایەتییەی لە چیرۆکەکەدا پێی کاریگەر بووین.

ئەگەر ژیان بریتی بێت لە چەندین چیرۆكو ئەزموون کە دەگێڕدرێنەوەو ئێمەش دەیانگوێزینەوەو بڵاویان دەکەینەوە، دەبێت کێ بێت هەڵبسێت بە نووسینی گرنگترینو پڕ بەهاترین چیرۆك کە تایبەت بێت بە هەر یەکێکمان؟!

چیرۆکی ژیانی ئێمە، چیرۆکی ژیانی تۆ، چیرۆکی ژیانی من!

زۆرێك لەو کەسانەی لە دەوروبەرماندان هەوڵ دەدەن بەشداربن لە نووسینەوەی ژیانمان، بەڵام لە کۆتاییدا خۆمان بەرپرسین لە دەرهێنانو نووسینەوەی بەسەرهاتەکانمان بەو شێوەیەی کە دەمانەوێت.

جا ئەگەر کەسەکە سروشتی کۆمەڵایەتی بێت، ئەوا ناتوانێت دوورەپەرێز بێت، بێگومان زۆر تێکەڵ بە خەڵکی دەبێت، تا هەست بە کەسایەتیو مرۆڤایەتی خۆی بکات، لەبەرئەوەی ناتوانێت دوور لە خەڵك بژی، ئەوەش دوور نابێت لە خۆوەردانی کەسانی دەوروبەر لە شێوازی ژیانو پەیوەندییەکانی، تەنانەت لە داڕشتنی هەستو سۆزەکانی، لەوانەشە کاریگەریان لەسەر هەڵبژاردەو ئامانجە ئەرێنیو نەرێنییەکانیشی هەبێت.

ئەگەر دەوروبەرمان بەشێك بن لە ژیانمان. بەو جۆرە، چۆن دەتوانین ڕێڕەوی ژیانمان بنووسینەوەو ڕووبەڕووی ئەو خۆ خۆوەردانانە ببینەوە؟چۆن دەتوانین هەستین بە دووبارە داڕشتنەوەی زۆرێك لەو خاڵە نەرێنیانەی کە کەسانی دەوروبەر داڕشتنیان بۆ کردووە، لە نێوان دێڕەکانداو بیگۆڕین بۆ دەربڕینی ئەرێنی؟

قوڵاییو مەودای ئەو دەستتێوەردانە هەرچەندە بێت، تۆ لە نێوان دوو هەڵبژاردندایت کە سێیەمی نییە:

دەبێت خۆت بدەیت بە دەستەوەو ڕێگە بدەیت کەسانی دەوروبەرت چیرۆکی ژیانت بنووسنەوە، کە ڕۆژێك بێ ویستی خۆت کۆتایی پێ دێت.

یاخود خۆت تەنها خاوەنی بڕیاری خۆت بیتو کەسێك کە مافی نووسینەوەی چیرۆکی ژیانتی هەبێت، تەنها خودی خۆتیت، ئەگەر کۆتایی هات، ناتوانیت قەرەبووی بکەیتەوە.

ئەگەر تۆ لە جۆری یەکەم بیت، ئەوا چیرۆکی خۆتت بۆ دەگێڕمەوە:

وەرزێکی ژیانت تێدەپەڕێت، بە بێئەوەی ویستی خۆت بێت، (ئەمەش بە گومانی خۆت)، بە نەتوانینی هەڵبژاردنی ئەو کۆلێژە دەست پێ دەکات، کە ئارەزووی دەکەیت، (بە هۆی تێکڕای نمرەکانت)، یان هەڵبژاردنی کارێك بە ویستی خۆت نییە (لە بەر نەبوونی واستە)!

ئەو کەسەی دەتەوێت ببێت بە هاوسەرت لەبەر داواکاری زۆری خێزانەکەی، ئەویشت بۆ ڕێك ناکەوێت! ئەو ڕۆڵەی لە ژیاندا دەتەوێت بیبینیت و ناکرێت، بە بێبەختی باسی دەکەیت، هەموو ئەو شتانەی دەبینرێنو بەراوردیان دەکەیت لەگەڵ کەسانی تردا کە خۆت لەوان بە باشتر زانیوەو بەڵام ئێستە ئەوان لە پێشترن لە ڕووی ماددیو لێهاتووییەوە. هەموو ئەمانە بە بێبەختیو نەگبەتی خۆت دایان دەنێیت، بێئەوەی کارێك بکەیت بۆ دووبارە هەوڵدانو دەست پێکردنەوەی ساتەکانی ژیانت، یان لۆمەی ئەو کەسانە دەکەیت کە لە دەوروبەرتنو نەیانتوانیوە پێگەیەکی شایستەی خۆت بۆ دیاری بکەن، چونکە ئەوان تۆیان هەڵسوڕاندووە، چ بۆ بەڕێوەچوونی ژیانت، یاخود بۆ نووسینەوەی کۆتایی ئەو چیرۆکەی کە تۆیت پاڵەوانی چیرۆکەکە.

ئەگەر جۆری دووەمیش بیت ئەوا چیرۆکی ژیانت ئەمەیە:

خودی خۆتلە نووسینەوەی ئەو چیرۆکەدا بەشداریت، بێئەوەی ڕێگە بە کەسانی دەوروبەرت بدەیت، هەستن بە دیاریکردنی ژیانت، هەموو ئەو حاڵەتانەی جۆری یەکەم بۆ تۆش دێنە سەر ڕێگات، بەڵام بێئەوەی لۆمەی هیچ کەسێك بکەیت، هەڵدەسیت بە ئەنجامدانی کارەکانت، هەرچەندە بە ویستی تۆ نەهاتوونەتە بەردەمت، بەڵام متمانەی تۆ بەخودای گەورەو پاشان هەوڵە بەردەوامەکانت، گومانت لەوە نییە کە خودای گەورە هیچ کارێکی بێ حیکمەت نییەو لەوانەیە ئەوەی تۆ بە باشی دەزانیت، خودای گەورە زاناترەو بۆ تۆی بە باش نازانێت. کاتێك تۆ بەم شێوەیە بیربکەیتەوەو دەستەوسانیش نەبیتو بە پێی تواناکانی خۆت هەر هەوڵ بدەیتو چاکەخواز بیتو بیر لە بەرژەوەندیی کەسانی تر بکەیتەوە، ئەوا کۆتایی چیرۆکی ژیانت پڕئاسوودەییو بەختەوەری دەبێت. بە کۆتایی هاتنی ژیانیشت چیرۆکی تۆ کۆتایی نایەتو دوای مردنیشت بەردەوام دەخوێنرێتەوەو وەك پەندو عیبرەت بۆ نەوەکانت باس دەکرێتەوە!

ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆئەوەی کە خۆت خۆت بەڕێوەبردووەو ڕێگەت نەداوە بە وانەی ویستویانە ژیانت بشێوێنن، لە هەمان کاتیشدا پرسو ڕاوێژت کردووە، بە کەسانی لە خۆت شارەزاو بە ئەزموونترو سوودت لێ بینیووە. ئێستە بڕیار بدە دەتەوێت کێ چیرۆکی ژیانت بنووسێتەوە؟

خۆت! یان بۆ کەسانی تری جێ دەهێڵیت؟

ئالانی

ببە. بەڵام مەبە.

* وەکو تیشکی خۆر بە، چەند درەوشاوەیە لە نێوان هەورەکانو ناوەڕاستی ئاسماندا!

* وەکو مێروولە ڕەشە مەبە، لە شەوێکی تاریکدا.

* وەکو ئەو پەپوولەیە وابە کە بە ناو باخچەو گوڵو بێستانەکاندا دەفڕێت، بۆئەوەی زیاتر جوانی ببەخشێت بە سروشتی جوانی باخچەو گوڵەکان.

یاخود وەکو هەنگ بە، کە دەفڕێت لەم گوڵ بۆ ئەو گوڵ، بۆئەوەی هەنگوینێکی پاڵفتەو بەتام دروست بکات، کە پڕە لە شیفاو دەرمانی دەردەکان.

* بەڵام هەرگیز وەکو مێش مەبە، کە بەردەوام لە سوڕانەوەدایە بۆ بڵاوکردنەوەی دەردو نەخۆشییەکان.

* ببە بە کەسێکی پۆزەتیفو ئەرێنیو کاریگەر لەسەر کەسانی دەوروبەرت، بە پێی توانا!

* بەڵام هەرگیز مەبە بەو کەسەی کە کەسانی دەوروبەر، بە نەرێنیو خراپەکاری تێ دەگەن.

* ببە بە کەسێکی بەخشندە، بەردەوام حەز بە بەخشین بکە، جوانتریش لەم سیفەتە ئەوەیە چاوەڕوانی پاداشتی بەخشینەکەت لە خەڵکی نەکەیت.

* هەرگیز مەبە بەو کەسەی بووە بە بەندەی دۆلارو دینار.

* ببە بە کەسێکی ئازاو نەبەردو چاونەترسو بەهێز!

* مەبە بە کەسێکی ترسنۆکو سەرشۆڕو لاواز.

* ببە بەو درەختەی کە هەمیشە خەڵکی لە بەرهەمەکەی دەخۆنو لە سێبەریدا دەحەوێنەوە.

* مەبە بەو درەختەی کە لە بنی دۆزەخدا ڕواوە.. جگە لە زیان سوودی دیکەی نییە.

* ببە بەو مرۆڤەی، پێش ئەوەی هەر هەنگاوێک بنێت، هەموو کاتێك ڕاوێژ بە ژیری خۆی دەکات.

* مەبە بەو مرۆڤەی هەمیشە گوێڕایەڵو شوێنکەوتەی هەواو ئارەزووەکانییەتی، لە هەموو بڕیاردانێکدا.

* ببە بە مرۆڤێکی ژیرو هاوسەنگو دەسپاکو زمانپاك، کە هەمیشە قسەی نەستەقو دەستەواژەی جوان، پێشکەش بە هاوڕێو دۆستانی دەکات.

* مەبە بەو مرۆڤەی لاوازو ناپەسەندو پێکەنیناویو زۆربڵێیە.

* ببە بە مرۆڤێکی فریشتەئاسا لە نێوان مرۆڤەکاندا، کە هەمیشە بە پەنجەی دەستیان ئاماژەی چاکەخوازی بۆ دەکەن.

* مەبە بەو مرۆڤەی خەڵکی هەمیشە بە دەستەکانیان ئاماژەی بۆ دەکەنو دەڵێن ئەگەر ئەو نەبوایە بارودۆخمان زۆر باش دەبوو.

* ببە بەو مرۆڤەی لە کاروبارەکانیدا کەسێکی هێمنو لەسەرخۆیە، چونکە پەلەکردن لە شەیتانەوەیە.

* مەبە بە مرۆڤێکی هەڵەشە، کە زۆربەی کارەکانی بە زیان بەسەریدا دەشکێتەوە.

* ببە بەو مرۆڤەی بیر لە ژیانو بەهرەی ژیری دەکاتەوە، چونکە خودای گەورە، بە ژیریمان لە تەواوی دروستکراوەکانی دیکەی، جیاکردووینەتەوە.

* مەبە بەو مرۆڤەی بە دەستی خۆی عەقڵی خۆی لە دەست دەدات!

* ببە بە مرۆڤێکی ئارامگرو خۆڕاگر، ئارام بگرە لەسەر نەخۆشیو ناخۆشی، ئارامبگرە لەسەر بەڵاو ناڕەحەتی، چونکە ئارامگرتن کلیلی هەموو دەرگاکانە.

* مەبە بە مرۆڤێکی بێ ئارامو بێ تەحەممول، کە هەردەم دەم بە سکاڵایە بەرامبەر ڕووداوەکانی ژیان.

* ببە بە کەسێکی ڕێکوڕاستو یەك ڕوو، لەبەردەم خودای گەورەداو پاشان لەبەردەم خۆتو خەڵکیدا..

* هەرگیز مەبە بەو کەسەی شەرمەزاری لای خوداو پاشان خەڵکیشە.

* ببە بە مرۆڤێکی گەشبینو خاوەنی بیروڕای جوان، ئەو کات دنیا بە جوانی دەبینیت.

* مەبە بە مرۆڤێکی ڕەشبینو خاوەن بیرۆکەی خراپ، چونکە دنیات بەوشێوەیە دێتە پێش چاو!

هونەری پەیوەندی، هونەری ژیان!

زاهیر زانا

پەیوەندی.. هۆکاری ئاشنابوونو تێگەیشتنو ئاڵوگۆڕکردنی بیروڕایە، لەگەڵ کەسانی ترو لە ڕێگەیەوە پێویستییەکانی ژیانی مرۆڤ پڕ دەبێتەوە، مرۆڤ هەر لە هاتنە دونیایەوە تا کۆتایی ژیانی، پێویستی بە پەیوەندی جۆراو جۆر هەیە.

ئێمە لەم نووسینەدا، دەمانەوێت هەنگاوێکی دروست، بەرەو پەیوەندیی دروست هەڵبگرین، چونکە پەیوەندیی سەرکەوتوو، ڕێزو متمانەو هاریکاریو خۆشەویستیو دڵسۆزی دروست دەکاتو کلیلی دەرگا داخراوەکان دەدۆزێتەوەو بەرەو لوتکەی خۆشنودیو بەختەوەری، هەنگاومان پێدەنێت. پەیوەندیی دروست پەردەی تاریکی لادەداتو خۆری پرشنگدارمان بۆ دەردەخات.

شتێکی زانراوە کە ژیان بەبێ بوونی پەیوەندیی کۆمەڵایەتی، تەسك و تاریك و دژوارو ئەستەم و زەحمەتە. ئەمەش بەهۆی ئەوەی لانکەی سرووشتی تاك، باوەشی کۆمەڵگەیەو کۆمەڵگەش بە تاکی هاریکارو دڵسۆز، بەهێزو پتەووەوە، بەرەو پێش دەڕوات. مێژووش ئەوەی سەلماندووە هەرکاتێك پەیوەندییەکان لاواز بووبن، ئەوا ئاریشەی گەورەیان دروستکردووە، خۆ ئەگەر لاوازی پەیوەندییەکە، لەسەر ئاستی خێزان بووبێت، بۆتە هۆی کێشەی خێزانیو ئەگەر لەسەر ئاستی دەوڵەتو دەسەڵاتیشدا بووبێت، ململانێو جەنگو ئاژاوەی نێودەوڵەتی هێناوەتە ئاراوە!

هەر کەسێك لە ئێمە بۆ کاری ڕۆژانەی، پێویستی بە بەستنی چەندین پەیوەندی هەیە، ئەم پەیوەندییانەش دەبێت لەسەر بنەمایەکی ژیرانەو ڕێكو پێك، دابمەزرێتو بە باشترین شێوە، ڕەگەزو پایەکانی پەیوەندیی سەرکەوتووی تێدا بەکار بێت. ئەمەش لەپێناو بەدەستهێنانی ئامانجی زیاترو بەرهەمی باڵاتردا. بۆ نموونە پێویستە ئەندامەکانی لاشەو ئاوەزو هەستمان بەکاربهێنین بۆ بەستنی پەیوەندییەکی کاریگەر، کە ئەمە هوونەرێکی گرنگەو پێویستە بە چەندین شێوەو لە چەندین ڕێگاوە، هەوڵی گەیاندنی پەیامو داواکانمان بە روونیو ڕێكو پێکی بدەین، تا باشتر لە یەکتر تێبگەینو بتوانین هاوکاری یەکتر بین بۆ پڕکردنەوەی پێداویستییەکانمان. خۆ ئەگەر وا نەبێت، مرۆڤەکان کامڵ نابنو ناتەواون، چۆن پەنجەکانی دەست بە یەکەوەو بە هاوکاری هەموویان دەجوڵێن، هەروەها چۆن پێنووس بەبێ پەڕاوو کاغەز، نەزۆكو بێ بەرهەمە.. بەو شێوەیەش، مرۆڤەکان بەبێ هاوکاری یەکتر ناتواننو زەبوونو بێ ئارامو نەخۆشن!

مادام درکمان بەو ڕاستییە کرد، کە پەیوەندی، ئەوەندە گرنگە لە ژیانی مرۆڤدا، لە خوارەوە ئاماژە بە جۆرەکانی پەیوەندیو پایە سەرەکییەکانی دەکەین، هەتا لەو ڕێگەوە بتوانین پراکتیکی ڕێگایەکی زانستی بکەینو پەیوەندییەکی دروست بنیاد بنێینو مرۆڤێکی کامڵو خاوەن کەماڵ بنەخشێنین...

پەیوەندی دوو جۆری هەیە:

یەکەم: پەیوەندیی درێژخایەن: لەم جۆرە پەیوەندییەدا هەر دوو لا زیاتر یەکتر دەناسنو شارەزای یەکترن، دەشێت هاوڕێ بن، یان کارو پیشەو بازرگانییەکەیان بە یەکیانەوە ببەستێتەوە، یان لە نموونەی پەیوەندییە خێزانییەکان، ئەم پەیوەندییە زیاتر پێویستە توندوتۆڵو پتەوبێتو بەرەو پێش بچێت، چونکە بنەمای بە دەستهێنانی بەختەوەریو ئارامی تاكو کۆمەڵگەیە.

دووەم: پەیوەندیی کورتخایەن: ئەم پەیوەندییە زیاتر لە کاتی سەفەرو لە نێوان کڕیارو فرۆشیاردا دەبێت، پەیوەندییەکی ئاساییە، بەڵام دەگرێت ببێت بە پەیوەندییەکی بەردەوامو توندوتۆڵو بەهێز، هەروەك چۆن هەندێجار پەیوەندیی درێژخایەن لە بەرئەنجامی ئەم پەیوەندییەوە دروست دەبێت.

بۆ پەیوەندییەکی تۆکمەو تەندروستو کاریگەریش، بەشێوەیەکی گشتی ئەم خاڵانەی خوارەوە بنەماو ڕێنیشاندەرو گەشەپێدەری پەیوەندی تەندروستن و ڕەچاوکردنیان، دۆخێکی ئیجابی دەخوڵقێنێت:

١- زەردەخەنەو ڕووخسار: با هەمیشە دەمت بە زەردەخەنە بێت، سوودی بۆ خۆتو بەرامبەرت دەبێت، زاناکانی دەروونناسی لەسەر ئەوە کۆکن کە زەردەخەنە کلیلی دڵە، بە تایبەت لە یەکەم بینیندا، کاریگەرییەکی درێژخایەن بەجێ دەهێڵێت. بەردەوامی پێدانیشی، ئاودانی باخی دڵەو ڕقو کینەو ماندوێتی ڕادەماڵێت...

پێویستە کاتێك لەگەڵ کەسێکدا وتوێژ دەکەین، ڕووی تێبکەینو سەیری بکەینو سەرنجی بۆ لای قسەکانمان ڕابکێشینو ئەوەی دەمانەوێت بیگەیەنینو بە باشی ڕوونیبکەینەوە، تا هەڵە تێگەیشتن دروست نەبێت، کاتێکیش بەرامبەر دەدوێت گوێی بۆ بگرینو ڕێز لە وتەکانی بگرینو هەوڵی تێگەیشتن، لە بیروڕاکانی بدەینو خۆمان بە هیچ شتێکی ترەوە، خەریك نەکەین.

٢- وامەزانە دەبێت هەمووو وەکو تۆ وابن: کاتێك ناتوانیت کەسانی تر وەکو خۆت لێبکەیت،تورە مەبە.. چونکە خۆشت ناتوانیت، وەك ئەوان بیت! هەر کەسێك تایبەتمەندی خۆی هەیە. ڕێز لە بیروبۆچوونو کارو پیشەی ئەوانی تر بگرەو بزانە هەر کەسێك تایبەتمەندی خۆی هەیەو ناگونجێت هەمووومان وەکو یەك بیربکەینەوە.

٣- خاڵە هاوبەشەکان لە نێوان خۆتو کەسانی تردا بدۆزەرەوە: لە ڕوانگەی ئەوانیشەوە هەوڵی چارەسەرکردنی ناکۆکییەکان بدە، ڕەنگە ئێمە لە ٩٠%ی ئاکارو ڕەوشتو بیروبۆچوونمان وەك یەك وابێتو تەنها لە ١٠%یدا جیاواز بین، بۆیە هەمیشە بینای پەیوەندییەکان لەسەر خاڵە هاوبەشەکان بنیادبنێو بە دوای ناکۆکیدا مەگەڕێو بزانە بوونی جیاوازیش نەك هەر شتێکی سروشتییە، بەڵکو زۆرجار بە هۆی ناکۆکییەکانەوەیە، شتە جوانەکان دەردەکەون. ئەگەر ڕەنگی ڕەشمان نەبێت سپی ئەرزشو بایەخێکی ئەوتۆی نییە، شەوو ڕۆژ لە بەرامبەر یەکدا، نرخ پەیدا دەکەنو هەریەکەیان بایەخو گرنگی خۆیان هەیە.

لێکدانەوەی خراپ بۆ پێشنیارو سەرنجی هاوکارانت مەکە، گەشبینو لێبوردەبە، ڕەنگە لە شێوازی گەیاندنیدا هەڵە هەبێت، یان ئێمە هەڵە تێگەیشتبین، ئەوەتا ئیمامی شافیعی دەڵێت: (الحكم على شي ء جزء عن تصوره). وتراویشە: (ئەگەر دوو کەس لە کارێکدا وەك یەك بیربکەنەوە، کەواتە بیرناکەنەوەو ئەگەر دووکەسیش وەکو یەك وابن، ئەوا یەکێکیان زیادەیە).

٤- خاکی بە، نەك لە خۆبایی: کارێك مەکەو هەڵوێستێك مەنوێنە کە کەسانی ترو وا تێبگەن خۆت بە گەورە دەزانیت، هاوکاریو یارمەتی ئەوانیتر بدە، با هەمیشە دڵت خاڵیبێت لە ڕقو کینەو بۆ هەموو کەسێك خێرو خۆشیت بووێت، چونکە مرۆڤە گەورەکان خاکین، نەك لەخۆبایی، تۆش بفەرموو سەیری ژیاننامەی مرۆڤە مەزنەکان بکەو ببینە..چەندە خاکیو خەڵکدۆست بوون. پەیامبەرانو نووسەرانی بەناوبانگو فەیلەسوفەکان خۆیان لە خەڵك جیا نەکردۆتەوەو پاسەوانیان نەبووە، لەگەڵ ئەوەشدا بە ملیۆنان خەڵك بەشوێنیاندا ڕۆیشتوونو دەڕۆن، بۆ هەتا هەتاشە ناویان زیندوو ڕۆشن دەمێنێتەوە!

٥- کاتپارێز بە: لە کاتی سەردانکردنی هاوڕێییەکتدا، یان چوون بۆ لای نەخۆشێكو هەر پەیوەندییەکی تر، ئاگات لە کات بێتو پەیوەندییەك چەندی پێویستە، ئەوەندەی کات پێ بدە، ئەو کارانەی بە تەلەفۆن دەکرێت، بە تەلەفۆن ئەنجامی بدە، تا بە هەموو پەیوەندییەکانت ڕابگەیت.

٦- ڕاستگۆیی بکەرە کاڵای بەری کردارەکانت: لەبەرئەوەی ڕاستگۆبوون، متمانەو خۆشەویستیو ڕێز دروست دەکاتو هەمووان حەز بە پەیوەندیت دەکەن. ڕاستگۆیی بنەمایەکە لە هەر پەیوەندییەکدا نەبێت، فشەڵو ناتەندروستەو ڕووخاوە. تاجێکی بە نرخو پرشنگداریشە چووە سەری هەرکەس، وەك مانگی چواردە ڕۆشن دەنوێنێتو هیچ شتێکیش ناتوانێت بەر بە ڕووناکییەکەی بگرێت.

«بوون» پەیدای کرد، «نەبوون» سەندییەوە!!

ئاسۆ حاجی

هەرکە بوون پەیدابوو، نەبوونیش لە دایك بوو. ڕۆژ بە ڕۆژ گەورە دەبوو، تا کاتێك سەیرمان کرد وا درەختەکان کەوتنە فڕنینەوە لەگەڵ هەناسەی ساردی بەیانیدا، پەڵە هەورەکان بە ڕێکەوتن بۆ خاکی شاری ونبوو لەگەڵ گزنگدا، چۆلەکەکان لەگەڵ تیشکی خۆردا هەڵفڕین بۆ باوەشی ئاسمان، شاخە بەفرینەکان لە جەمسەری کیشوەرەکان توانەوە بۆ نێو دڵی ڕووبارەکانو زەریاکان.

پوشو پەلاشی وەرزی وشك، وەرزی تینی خۆر، ڕۆیشتن بەرەو بیابانی کەس پێنەزان، گەڵای سەوز، زەردهەڵگەران، ڕەنگ زەردی بێگیانیش بوونە پۆشاکی تۆزو خۆڵو پەڕاگەندەی وڵاتانو شاران بوون، ئەو بولبولانەی عاشقی گوڵ بوون، باخچە بە باخچە دەگەڕان، بە دوای گوڵی تا گۆرانییەکی تازەیان بۆبچڕن.

کەچی ئەمڕۆ سێبەریشیان لە دوورەوە دیار نییە، هەنگە بچکۆلەکانیش بە دەم گیزەگیزەوە، بە دەوری گوڵەکاندا دەسوڕانەوە، تا شیلەی پاکی هەڵمژنو مەست بن لە سەر سینەی تەختی گوڵان.

بەڵام ئەمڕۆ هەموو ونبوون لە چاوان خۆشەویستو عاشقو دۆستو ئاسیاوان، هەرکەسە ڕۆیشت بۆ ماڵی ئامادەکراوی نەبینرا، چونکە نەبوون هەمووی لە بوون سەندەوە.



هەیڤێك بۆ ژیان

هۆژان جەلیل حەمە سەلیم

موسـولمانان سـالانە لە چەند سـاتێکی ئەفسـووناویدا دەژین، جیاوازتر لە ساتەکانی تری ژیان، ئەویش بۆ ژیانەوەی سـەر لەنوێی ڕۆحو جەسـتە لەگـەڵ سـاتەکانی ڕەمەزاندا، بۆیە هاوڕێ ئازیزەکانـم، هیوادارم ڕوانینمان بۆ ئەم ساتانە سەرەڕای بە ڕێکردنی فەرمانی پەروەردگارمـان، وەك چاولێکـەری پراکتیزە نەکەین، یاخود ئەو هەستەمان لا گەڵاڵە بێت تەنهاو تەنها قەدەغەکردنی خودە لە خواردنو خواردنـەوە، خۆشەویسـتانم بـا فرەلایەنانە بڕوانین بۆ ئەم ساتانە بە شێوەیەك:

١- سـاتێکە بـۆ بەخشـینەوەی بەڵێـن بـە پەروەردگارمان، کە ئێمەی موسـولمانان بەردەوامیـن لەسـەر بەڵێنەکانـی خۆمان بۆ بـە ئەنجامگەیاندنی فەرمانەکانت، سـاتێکە بـۆ ڕاگەیاندنەوەی ژیان لەگـەڵ بەرنامەکەی پێغەمبەرمـان (درودی خـودای لێبێـت)، بە هیوای لێبوردن لەو هەڵانەی لە ساتەکانی تردا ئەنجامامان داون.

٢- ساتێکە بۆ مەشق پێکردنی جەستە، لەسەر ئارامگریو خۆڕاگریو خۆگرییە لەبەرگوێڕایەڵی فەرمانی خـودای گـەورە، دوورکەوتنەوەیە لە گوناهـو تاوان، ئارام گرتنە لەسـەر برسـێتیو تینوێتی لەبەر پەروەردگارمان.

٣- سـاتێکە بۆ گەڕانەوەی ژیانێکی پاكو بێخەوشو ڕاستگۆییو میهرەبانیو لێبوردەیی، دوورکەوتنـەوە لـە ژیانێکی جەنجاڵو ڕقو قینو تاوانو فرووفێڵو سەراپا ماددەپەرستی.

٤- سـاتێکە بـۆ ژیـان لەگەڵ هـەژارانو نەداراندا، تائێمەش ئەگەر بۆ چەند سـاتێکی کەمیـش بێـت، لەگەڵ ئـازارو ئاریشـەکانی هەژارانـدا، ژیـان بگوزەرێنیـن. هەسـتکردن بـە برسـێتیو ماندووبـوونو تینوێتیـی هـەژاران، تا مرۆڤـە تێرەکانیش بـە ئاگابن لـە مرۆڤـە برسـییەکان، پەروەردگارمان بە پێغەمبەرەکەمانـی (درروودی خودای لێ بێت) ڕاگەیاند، لەگەڵ هەژاراندا بژی، کە هەردەم لە خودا دەپاڕێنـەوەو یادی دەکەن، چاوت لەوان وەرمەگێڕە بۆ کەسانی دی، چونکە ڕەحمەتی خودا لەگەڵ ئەواندایە.

٥- سـاتێکە بـۆ بەخشـینەوەی خەندەو بـزە، بە لێوانـی مرۆڤە برسـییەکان، ئەویش لەبەرئەنجامی دروستبوونی هەستی هاوکاریو بەخشـین. ئـەو پەیامەیـان پێببەخشـین: ئێـوەش وەرن وەك ئێمە بژیـن، چونکە ژیان بـۆ هەمووانە. حەیفـو خەسـارێ ئەو هەموو پێشکەوتنو شارسـتانییەی ڕۆژئاوا، ڕێکخراوی نەتەوە یەکگرتووەکان، زیاتر لە سێ ملیار مرۆڤ برسـین لە جیهاندا، هاتووینـە ژیانێك مەگەر تەنها لە مێژوودا ئەو گەلانە بناسـین، ڕۆژانە جگە لە ژەمێك خواردن، هیچ شـتێکیان شـك نەدەبرد، لەگەڵ ئەوەشدا هەموویان نەئاخنییە ورگیانـەوەو هێندەیـەك لـە خۆراکەکەیـان، لەبەرخودا دەبەخشی بە هەژاران.

٦- سـاتێکە بۆ بەخشـینەوەی پشـوو بە ئەندامەکانی جەستەمان، ئەوانیش ماندوون لە پێناو حەزو ئارەزووەکانی ئێمەدا، گەڕانەوەی تەندروسـتییەکی بـاش بـۆ جەسـتەمان، چونکە زۆرینەی توێژینەوەکان کۆکن لەسـەر کاریگەرییـە باشـەکانی ٢٩ بـۆ ٣٠ ڕۆژ بـە ڕۆژووبوون، ڕۆژانەش ١٧ کاتژمێر لەسەر کاری ئەندامیو زیندوویی لەشـی مرۆڤ، گۆڕانکاری لـە کێشـی لەشو شـەکری خوێـنو چەوری خوێنو چەندان گۆڕانکاری تر.

٧- ساتێکە بۆ فێربوونی وانەی ڕێکخستنی کاتەکانمان، بەشێوەیەك کاتی خواردنو خەوو پەرسـتشو کارو فەرمانەکانمان فێردەکات، با دڵنیـا بین ئەوەی سـاتەکان لە دەسـت بدات کاتژمێـرو ڕۆژەکان لە دەسـت دەدات، ئەوەی کاتژمێرو ڕۆژەکان لە دەسـت بدات، ساڵەکانو تەمەن لە دەست دەدات، بۆیە لە کۆتادا هاوژین دەبێت لەگەڵ خەسارۆمەندو دۆڕاواندا.

٨- ساتێکە فێرمان دەکات بژین بۆ پلانو بەرنامەکانمان، سـاتێکە فێرمان دەکات بژین بـۆ ژیانێك کە کۆتایی نییـە، بە ئەنجامدانی پەرستشو نزاکانمان.

٩- سـاتێکە هانمـان دەدات بـۆ وەرزشو مەشـق کـردن بەشـێوەی کۆمەڵ لـە نوێژی تەراویحدا، بەدەستهێنانی پاداشتێکی بێشومار.

١٠- سـاتێکە بۆ ناسـاندنو دۆسـتایەتی لەگـەڵ هاوڕێیانێـك، کـە تەنهـاو تەنها بۆ ڕەزامەنـدی پـەروەردگارە، زۆر جیاوازتر لە هاوڕێیەتییەك کـە زۆرینەی هاوڕێیەتییەکان مانای خۆیان لەدەست داوە، چونکە لە ساتێکدا دەژین هاوڕێیانێك کەمن کە هاوکارو هاوژینت بن بۆ چاکەو دۆزینەوەی ڕێگەی بەختەوەریو کامەرانـی، هاوڕێیانێـك زۆرن کـە هـاوکارو هاوژینـت بن بـۆ خراپـەو ئاڕاسـتەکردنت بـەرەو ڕێگای چـەوتو نزیـك کردنەوەت لە ژینێـك، دۆزەخ بـە ئـاوات بخوازیـت، جا گرنگە بزانیت باشترین هاوڕێ چۆنو لە کوێ هەڵدەبژێریت.

هاوڕێیان ئەم ڕەمەزانـە هەلێکە بابزانین چۆن مامەڵەی لەگەڵدا دەکەین، وێسـتگەیەکە مرۆڤەکانـی پیـادا تێپەڕدەبـن، بەخشـینی بڕوانامەیەکـە کە لە ناوەڕۆکەکەیدا دەبێت بە خاوەنی بەهەشتێکی نەبڕاوەو تەندروستییەکی باشو ناسینی چەندان هاوڕێی ناوازەو بوون بە خاوەنی هەستی هاوکاریو لێبوردنو ئارامگریو بەخشندەیی، ڕێکخسـتنی ساتەکانی تەمەنمان، فێربوونی وانە ئابوورییەکان بۆ بەرزکردنەوەی ئاسـتی ئابـووری هـەژارانو کەمکردنـەوەی چینایەتـی. بۆیـە هیـوادارم لـەم سـاتەوە، بەرنامەسـازی بکەین، تا لەکۆتاییدا هەموومان پاداشتێکی بێشومار بەدەست بهێنین.

شاخەوان جەبار



ڕەخنە ئاوێنەی بوون

ئێمە ئەو دەمەی کە باسی ڕەخنە دەکەین، ئـەوا دەسـتبەجێ ئـەو زەنگـە بـە گوێماندا دەدرێت کـە ڕەخنـە ڕووخێنـەرو بنیاتنەرە، مرۆڤەکان ڕەخنەی ڕووخێنەر، بە گەورەترین و ترسـناکترین چەکی دەسـتو نزایەکی شـەڕی نەیارەکانیان لە قەڵەم دەدەن لە ئاسـت بوون و بەردەوامبوونیان لەسەر هەمان ڕەوتو شێوازی بوونیاندا.

لەگەڵ ئەمەشـدا کـە ئـەم تێڕوانینانە، بۆ ئەم جۆرەی ڕەخنە ڕاسـتە، بەڵام زۆرجار کەسـانی ڕەخنەلێگیراو، گەرچی ڕەخنەیەکی بونیادنەریـش ڕووبەڕوویان ببێتـەوە، بەڵام بـە هۆی ئـەوەی کە لەگـەڵ ویسـتەکانیاندا ناگونجێتو هاوتەریب نییە، ئەوا دەسـتبەجێ بەرگی ڕەخنەی ڕووخێنەر، بە بەریا دەکەن و هەڵگرانیشیان بە بەدکارو تێکدەرو ناحەز، لە قەڵەم دەدەن!

لەبەرئـەوە پێویسـتە ئێمـە ئاگاداربین و جۆرەکانـی ڕەخنـە بناسـینەوە. ئەگەر ئەو هەڵوێسـتەکردنە لە ئەنجامـی خوێندنەوەو شـیکارییەکی قووڵ بۆ ئەو ساتە هاتبوون، کە تێیـدا پێوەرەکانی عەقـڵ و مەنتیق بڕیاردەر بـوون لەبـری بەرژەوەنـدی خودگەرایی لە پێویسـتبوونی ئەو ڕەخنەیە، ئەوا دەبێت بە هەموو جۆرێك پێشـوازی لێبکەیـن و هەوڵی جێبەجێکردنـی بدەین، ئەگـەر واش نەبوو، ئەوا ڕەخنەیەکی ڕووخێنەرە.

هەرچـی ڕەخنـەی بوونیادنەریشـە، پێویسـت بوونـی لە ڕەوڕەوەی ژیـان بۆ مرۆڤ لە پێویسـتبوونی ئاوێنە، زیاتـر نەبێت کەمتر نییە. بە بڕوای من، کاری ڕەخنەی بونیادنەر بۆ مرۆڤ هێنـدەو بگرە پتریش، گرنگترە لە کاری ئاوێنە بۆ مرۆڤ. ئەگەر ئاوێنە هەڵەو پەڵەکانی ڕووخسـار نیشـانبدات، ئەوا ڕەخنـە جگە لەو کارەی دەیکات، هەڵەکانی ناخیش نیشان دەدات!

واتـە: ڕەخنـەی بونیادنەر لـە ئەنجامی ڕامـان و خوێندنەوەی ڕەخنەگـر دێتە بوون، لە ئاسـت ئەو بوونەی کە هەڵوێستەی لەسەر دەکات، چ لە سیماو چ لە ناخدا.

هەر وەك (بیکاسـۆ) دەڵێـت: گەر ئاوێنە نەبـا، ئەوا هەمیشـە خۆم بە گەنـج دەزانی. واتـە: لێـرەدا کاری ئاوێنـە بـۆ (بیکاسـۆ) ڕەخنەیەکی بونیادنەری بێدەنگەو وەك خۆی پێی دەڵێت: کە چۆنیت، تا بە پێی ویستەکانی خۆی نەنوێنێت، بەڵکو وەك ئەوەی کە بوونی هەیە ببینرێت. بەڵێ گـەر ڕەخنەش نەبێت، ئـەوا هەمیشـە کەسـی بەرامبـەر دەیەوێت جوانییەکانی خۆیمان نیشـانبدات، بە هەمان جۆریش بـۆ هەر تاکێکی نێـو کۆمەڵگا، گەر ڕەخنـە نەبێتـە چاوێکـی چاودێر بـۆ وتەو کردارەکانی، ئەوا خۆی بە پێی ویستەکانی لە ئاسـت ئێمەدا دەنوێنێت، نەك وەك خۆی کە بوونی هەیە!

بۆیە ڕەخنە، ئـەو تینە ڕووناکییەیە، کە تارمایی ویستەکان لەسەر بوون لادەباتو وەك خـۆی بەیانـی دەکات. جا کـە ڕەخنە هێندە پێویسـتییەکی ژیـان بێـتو ڕاسـتکردنەوەو بێدارکردنـەوەی مـرۆڤ بێت، لـە گفتوگۆو کارەکانیدا، ئەوا ئیدی حەیفە مرۆڤەکان پشت لە ڕەخنە هەڵبکەن و لە ئاستیدا هەڵبێن.

بۆیە ئەو کەسـەی لە ڕەخنە بترسـێت، ئـەوا بـە دڵنیاییـەوە، یەکێك لـەو فاکتەرو کەرەسـتە هـەرە گرنگانـەی گۆڕینی خەونی ئاینده بۆ واقیع لە دەست دەدات. ئەو کەسەی کە درك بە بوونی هەڵەو کەموکوڕی لە سیماو ناخی بەرامبەردا بکاتو دەسـت بە پیشاندانی نـاکات، بەپێـی بەرژەوەندییەکانـی بێدەنگ دەبێـت، ئەوا بێگومان ئەو کەسـە بە جۆرێك لە جۆرەکان، بەشـدارە لـە هەڵەی بەردەوامی کەسی هەڵەکاردا، بەڵکو لەوەش خراپتر، ئەوە جۆرێکە لە هاندانی ناڕاستەوخۆ، هەرگیز ئەو کەسـە لەگەڵ پێوەرەکانی هەسـتو عەقڵیدا ڕاست ناکات.

هـەر بۆیـە سـەروەرمان، ئاسـتی ئیمان لـە مرۆڤەکانـدا پەیوەسـت دەکات بە بوونی چۆنێتـی و چەندێتیی پیشـاندانی ڕەخنە لە ئاسـت کەسـی هەڵەکارو کاری هەڵەیدا، وەك دەفەرموێت: (من رأى منکم منکرا...)، بۆیە بە بڕوای من، ئەو کەسـەی بەڵێنییەکی نەرمیش بکات بۆ کارێکی هەڵە، ئەوا بێگومان فەرشـی سوری ڕاخستووە بۆ هەڵگرانی ئایدیای هەڵە!

هەرگفـت و کاری ئەوانەیـە کـە بـەم کردارەیان، نەك هەرچەپڵەلێدان بۆ کەسـان و ساتەکانی ئێسـتا، بەڵکو ئاڵاش هەڵدەکەن بۆ کۆپیکردنی ئاینده لە ئێسـتادا. دەسـا با ئەو کەسـانەش بزانن، ئێسـتا نەك هەرسەردەمی ترسان لە ڕەخنە بەسەرچوو، بەڵکو سەردەمی بەڵێی زارەکیش بۆ ڕەخنە بەسەرچوو.

واتە: ئێسـتا کاتی ئەوەیـە کە مرۆڤ لە هـەر پێگەو سـاتێکدا بێت، ئـەو گوێگربێتو ڕەخنەگران بدوێن.

بۆیە لە پێوویسـتبوونی ڕەخنەش بۆ ژیان دەڵێم: (ڕەخنەی بونیادنەر، ئەو بەشە ونبووەی هەربوونێکـە، کـە بـە هاتنەبوونی بـە کاری ڕەخنەگر، کامڵبوون بەو بوونە دەبەخشێت!)

واتـە دەبێـت دان بـەو ڕاسـتییەدا بنێین، کـە ئێمە زۆرجار لـە وتەو کردارمانـدا بوونی هەڵـەو نەپێکانی ئامانجمـان زۆرە. بۆیە دەبێت بەرۆحییەتی پێویسـتی و کردەیی لە هەڵوێستی دڵسۆزانەی خەمخۆرانمان بڕوانین، چونکە هیچ کام لە مرۆڤەکان کامڵ نین، بەڵکو هەر کەسەو لە لایەکەوە، ئەندازەیەك لە کامڵبوونی هەڵگرتووەو بەشەکانی تری کامڵبوون لای کەسەکانی ترە، بە مانایەکی تر، تاکـەکان کامڵ نین، بەڵکو هەموو تاکەکان، واتە کۆمەڵگا کامڵە لە وتەو کرداردا.



چۆن دەبیت بە هاوڕێی خۆت؟!

لە ئینگلیزییەوە: دانەر عەبدوڕەحمان

ئێمە هەمیشە جەخت لەسەر دروستکردنی پەیوەندی لەگەڵ کەسانی دەوروبەرماندا دەکەینەوە، بەڵام هەنگاوی سەرەکی پێش ئەوەمان لەبیرچووەتەوە، کە ئەویش چۆنێتی دروستکردنی پەیوەندییە لەگەڵ خودی خۆماندا، چۆن خۆمان بکەین بە هاوڕێی خۆمان؟ ئێمە چۆن دەتوانین پەیوەندی باشمان لەگەڵ کەسانی تردا هەبێت؟ لە کاتێکدا تەنانەت ئەو پەیوەندییەمان لەگەڵ خودی خۆماندا نییە، هەربۆیە دەبێت ئەو هەنگاوە سەرەکییە لەبەرچاو بگرین، ئەگەر بمانەوێت پەیوەندی باشمان لەگەڵ کەسانی تردا هەبێت.

لەوانەیە حەزت لە خۆت نەبێت، بەبێئەوەی خۆشت درکی پێ بکەیت، ئەویش لەبەر یەکێك لەم هۆکارانە:

یەکەم: ڕابردووت: لەوانەیە لە ڕابردوودا، چەندین هەڵەت کردبێتو ئێستا هەستت باش نەبێت بەرامبەر بەو هەڵانەو بێئومێدت بکەن، تەنانەت ئەگەر ئەو هەڵانەت لە ڕابردوویەکی دووریشدا کردبێتت، کەچی هەستو نەستی ناخت بە هۆیەوە ڕقی لێت دەبێتەوە.

دووەم: باکگراوندی خۆت: پێدەچێت خۆزگە بخوازیت لە خێزانێکی جیاواز لە دایك ببوویتایە، یاخود باکگراوندێکی جیاوازت هەبووایە. لەوانەیە ڕازی نەبیت بەو ڕاستییەی، کە تۆ وەك کەسانی تری دەوروبەرت، کە هەرچییەکیان بوێت بەبێ هەوڵو کۆششێکی زۆر بەدەستی دەهێنن، توانات نەبێت بگەیت بەو شتانەی کە مەبەستە، ئەویش تەنها لەبەر ئەو باکگراوندەی هەیانە.

سێیەم: تایبەتمەندی کەسێتی خۆت: لەوانەیە حەز لە چەند تایبەتمەندییەکی کەسێتی خۆت نەکەیت، بۆ نموونە، تۆ کەسێکی گۆشەگیریتو حەزت لەم سیفەتە نییە، بۆیە خۆزگە دەخوازیت کەسێکی کراوە بوویتایە لە ژیاندا.

چوارەم: دەستکەوتەکانت لە چاو ئەوانی تردا: لەوانەیە خەڵکانی تر دەستکەوتی باشتریان هەبێت لە چاو تۆدا، سەرەڕای ئەوەی کە تۆ زیاتر هەوڵو کۆشش دەکەیت، کەچی بە شتێکی مەحاڵی دەبینیت، بتوانیت بگەیت پێیان، لەوانەشە بیربکەیتەوەو بڵێیت: من وەك ئەوان زیرەك نیمو وەك ئەوان بەهرەی تەواوم نییە.

هەریەکێك لەو خاڵانەی سەرەوە، دەبن بە هۆکار بۆئەوەی خۆتت خۆش نەوێت. ئەوەش لە بەرامبەردا ڕێگر دەبێت لە بوون بە هاوڕێی خۆت، بەڵام خۆشبەختانە، هەمیشە لە دوای گیروگرفت، ڕێ و ڕێبەر هەیە، تا ئەو بارە نالەبارەی تێی کەوتوویت، بتوانیت خۆتی لێ دەرباز بکەیت:

یەکەم: لەخۆت ببوورە: لەوانەیە لە تەمەنی ڕابردوودا، چەندین هەڵەت ئەنجام دابێت، بەڵام ئایا ئێستا دەتوانیت مێژوو بگێڕیتەوە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر. تەنها ئەوە نەبێت بتوانیت بۆ خۆت بیکەیت بە چەند وانەیەك لە ژیانتداو لێیانەوە شت فێرببیت. ڕاستە تۆ کەسێکی کامڵو تەواو نیت، بەڵام دەبێت بزانیت هیچ کەسێك کامڵ نییە، کەواتە هەڵەکردن شتێکی زۆر ئاساییە، بۆیە چاکەیەك لەگەڵ خۆتدا بکەو لە خۆت ببوورە.

دووەم: ئەو شتەی ناتوانیت بیگۆڕیت، پێی ڕازی بە: چەند شتێك لە ژیاندا هەیە کە ناتوانیت بیانگۆڕیت، وەك باکگراوندت، یاخود ڕابردووت، کەواتە: هەوڵبدە فێر ببیت ڕازی بیت بەو ڕابردووەی خۆت، چونکە بە دڵنیاییەوە، هەست بە ئاسوودەیی دەکەیت، گەر بەباشی مامەڵە لەگەڵ ئەو شتانەدا بکەیت، کە ناتوانیت بیانگۆڕیت، تەنها هەوڵبدە بە زەردەخەنەوە پەسەندی بکەو بەردەوام بە لەسەر هێڵی ژیانت.

سێیەم: لە هێزو توانای خۆتدا قاڵ ببەرەوە: لەبری ئەوەی لە خاڵە لاوازەکانتدا قاڵ ببیتەوە، قووڵ و قاڵبوونەوەت بخەرە سەر هێزو توانای خۆت. تۆ هەمیشە هێزو توانایەکت هەیە کە یەکێتییەکی بێهاوتات پێ دەبەخشێت، هیچ کەسێکی تر نییەتی. هێـزی خـۆت بناســەو ژیانی خـۆت لە دەوروبەری، بنیات بنێ.

چوارەم: چیرۆکە سـەرکەوتووەکانت بنووسـەرەوە: هۆکارێك کـە وای کردووە خـۆت خۆش نەوێت، ئەوەیـە هێندە لەو شتانەی نیتن، قاڵ بوویتەتەوە.. هێندە لەو شتانەی هەتن، قاڵ نەبوویتەتەوە. تەنانەت ئەمــە وایکردووە ئەو شـتانەی خاوەنیت لەبیـرت بچنــەوە. هەوڵبدە لیسـتێك لە ژیانـت بکـەرەوەو هەمـوو چیرۆکـی سـەرکەوتنەکانتو دەسـتکەوتەکانت بنووسەرەوە، ئیتر گرنگ نییە دەسکەوتی زۆر گـەورە بن، یـان نا. گرنـگ ئەوەیە دەسـکەوتی بچـووك بـنو پڕبایـەخ بن لـە ژیانتـدا، بـۆ نموونە:بوونـی چەند هاوڕێیەکی بـاشو خێزانێکی بەختەوەر، بۆخۆی سەرکەوتنە لە ژیانتدا.

پێنجـەم: بـەراوردی خـۆت مەکـە لەگەڵ کەسانی تردا: دڵنیابە تۆ کەسێکی بێهاوتـای، تـۆ هەرگیـز ناتوانیت وەك کەسانی تر بیت، هیچ کەسێکیش ناتوانێت کتومـت وەك تـۆ بێت. تۆ خـۆت بڕیار لەسەر مەبەسـتی ژیانی خۆت دەدەیتو ئەو شـێوەو میکانیزمەی، تـۆ پێوانەی سـەرکەوتنەکانتی پێ دەکەیت لە لایەن کەسانی ترەوە بڕیاری لەسەر نادرێت. تۆ خاوەنی هەموو شتێکیت، بۆئەوەی بەکاری بهێنیت بۆ بەدەستخستنی مەبەستەکانی ژیانـت. بۆیـە بەراوردکردنـی خۆت بە کەسانی دەوروبەرت، زۆر بێکەڵکە.

شەشـەم: هەمیشـە لەگـەڵ خۆتدا ڕاسـتگۆبە: تـۆ هەرگیـز حەزناکەیـت خەڵکی درۆت لەگەڵـدا بکەن. ئایا ئەمە ڕاسـتییەك نییـە؟ بە هەمان شـێوەش حەزت لە خـۆت نابێت ئەگـەر بزانیت خەریکی درۆکردنیت لەگەڵ خۆتدا، سـا درکت پێکردووە، یان نا، درۆکردن لەگەڵ خودی خۆتدا، دەبێت بە هۆکارێکی ڕێگر، لە بەردەم خۆشویستنی خۆتدا. هەربۆیە زۆر گرنگە هەمیشـە ڕاستو ڕەوان بیت لەگەڵ خۆتداو هەرشتێکت کرد ڕاستگۆبەو دوای ژیرىو ویژدانی خۆت بکەوە.

سەرچاوە:

www.lifehack.org

ئەو سێ پرسیارەی زانایان وەڵامیان بۆ نەبوو...



شاهین وحید

جارێکیـان گەنجێـك ڕۆیشـت بـۆ وڵاتێکـی دوور لە وڵاتی خـۆی، ماوەیەك لەوێ مایـەوە. دوای تەواوکردنی خوێندن گەڕایەوە زێدی خۆی. داوای لە کەسوکاری کرد مامۆستایەکی ئایینی بۆ بدۆزنەوە، تا وەڵامی سـێ پرسیاری بداتەوە، کەسوکاری گەنجەکەش توانییان مامۆستایەکی ئایینی بدۆزنەوە، بۆئەوەی وەڵامی پرسیارەکانی گەنجەکە بداتەوە، سەرەنجام ئەم گفتوگۆیە لە نێوان مامۆستاو گەنجەکەدا ڕوویدا:

گەنجەکـە: تۆ کێیت؟ ئایـا دەتوانیت وەڵامی پرسیارەکانی من بدەیتەوە؟

مامۆستا: من بەندەیەکی خودام. پشت بە خودا، هەوڵ دەدەم وەڵامت بدەمەوە.

گەنجەکـە: دڵنیایـت کـە دەتوانیت وەڵامم بدەیتەوە؟ چونکە بەر لە تۆ هیچ زانایەك نەیتوانیوە وەڵامم بداتەوە.

مامۆسـتا: هەوڵ دەدەم پشت بە خودا وەڵامت بدەمەوە.

گەنجەکە: من ئەم سـێ پرسیارەم لە تۆ هەیە:

١- ئایا بە ڕاسـتی خودا (الله) هەیە؟ ئەگەر هەیە شێوەم نیشان بدە؟

٢- ئایا قەزاو قەدەر چییە؟

٣- ئەگەر شـەیتان لە ئاگر دروستکرا بێت، بۆچـی دەخرێتە نـاو ئاگرەوە؟ لە کاتێکدا خۆی لە ئاگر دروسـتکراوەو هیچ کارێکی لێناکات؟

دوای ئەو سـێ پرسـیارە مامۆستاکە زللەیەکی بەهێزی لە گەنجەکە دا.

گەنجەکە بە دەم بـە ئازارەوە گوتی: بۆ زللەت لێدام ئایا لێم توڕەیت؟

مامۆسـتا: نەخێر من لێت توڕە نیم، بەڵام ئەوە وەڵامی سێ پرسیارەکەت بوو.

گەنجەکە: چۆن؟ من تێناگەم؟

مامۆستا: هەست بەچی دەکەیت دوای ئەوەی ئەو زللەیەم لێدایت؟

گەنجەکـە: بێگومان هەسـت بە ئازار دەکەم .

مامۆستا: ئایا دڵنییایت کە ئەو ئازارە بوونی هەیە؟ شێوەکەم نیشان بدە؟

گەنجەکە: ناتوانم، بەڵام هەسـتی پێ دەکەم .

مامۆسـتا: ئـەوە وەڵامـی پرسـیاری یەکـەم بوو، هەمووان هەسـت بە بوونی خـودای گەورە دەکەین، بـەڵام ناتوانیین بیبینین.

مامۆسـتا: ئایا دوێنێ خەوت بەوەوە بینی، کە زللەت لێدەدەم؟ ئایا بەخەیاڵتدا هات ئەمڕۆ زللەت لێدەدەم؟

گەنجەکە: نەخێر.

مامۆستا: ئەوە قەزاو قەدەرە.

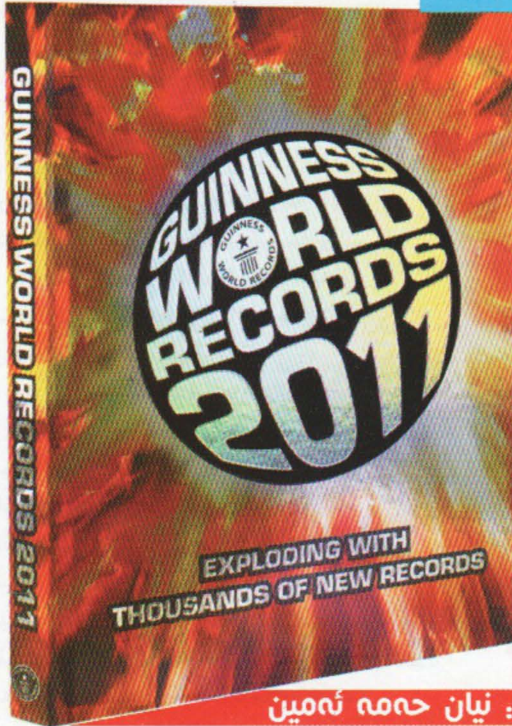
مامۆسـتا: ئایا دەسـتی مـن لە چی دروست بووە؟ ئەی ڕووخسارەی تۆ لە چی دروست بووە؟

گەنجەکـە: بێگومان لە قوڕ دروسـت بووە.

مامۆسـتا: وێڕای ئەوەی هەردووکیان لە قوڕ دروسـت بوون، بەڵام دەسـتی من بوو بە مایـەی ئازار بۆ ڕووخسـاری تۆ. کەواتە ئاگری دۆزەخ شـوێنێکی پڕئازارە بۆ شەیتان.

ئەگەر خودای گەورە ویسـتی لە سەر بێت.

بۆچی خەڵکی حەز دەکەن ناویان لە کتێبی گینسدا تۆمار بکرێت؟



و: نیان حەمە ئەمین

لێرەدا باس لە گەیشتن بە (کتێبی جیهانیی گینس) دەکەین، لێرەو لەوێ دەبیستین کە پیاوێك دووجار نازناوی پاڵەوانی لەم کتێبەدا بەدەست هێناوە، کتێبێکی نووسیوە لەبارەی ئەوەی کە چۆن توانی ئەو سەرکەوتنە بەدەست بهێنێت.

دەبیستین کە کەسێکی تر توانیویەتی بەرزترین تۆماری پێوانەیی بشکێنێتو لە کتێبی گینسدا ببێت بە خاوەنی نازناوی پاڵەوان.

سەرەتا بابزانین ئەم کتێبە چییەو کەی دانراوە، (کریستۆفەر کرۆز): کتێبی گینس بۆ یەکەم جار لە ساڵی ١٩٥٥ لە بەریتانیا لە لایەن (سیر هیوج بیڤەر)ەوە بیری لێکرایەوە، لە لایەن گینس بیوری ڕێکخستنی بۆکراو هێندراوەتە بەرهەم.

ئەمڕۆ ناوی کتێبەکە (تۆماری جیهانی گینس)ە، نووسینگەی کتێبەکە لە شاری لەندەنە، بەڵام ئێستا کۆمپانیایەکی کەنەدی بووە بە خاوەنی کتێبەکە.

باربارەکلین: کتێبی گینس یەکێکە لەو کتێبانەی کە زۆرترین خوێنەری هەیە، ساڵانە زۆرترین ژمارەی لێ چاپ دەکرێت، کە زیاترە لە «١٠٠» ملیۆن کۆپی بە نزیکەی «٤٠» زمانی جیاواز لە هەر ساڵێکدا. هەموو ساڵێك چاپی نوێی لێدەردەچێت، بەو زیادانەشی کە دەخرێنە سەری.

(محەممەد عەلی زینهۆم) پیاوێکی میسرییە، ساڵی ڕابردوو تۆماری پێوانەیی تۆمار کرد، بەوەی کە توانی بە تەنها لەسەر دوو پەنجەی دەستی ڕاستی بووەستێت.

ئەو ژمارە پێوانەییانەی کە تۆمار دەکرێن سەبارەت بە (زۆرترین ژمارەی دووبارە بوونەوەی پرۆسەی هاوسەرێتی، درێژترین قژ، خێراترین قسەکەر، هەروەها گەورەترین دەست، باڵابەرزترین مرۆڤ،... هتد) هەندێجار ئەو تۆمارە تۆما کراوانە لە زۆربەی چاپکردنەوەی کتێبەکەدا بەرچاودەکەونەوە، وەکو: درێژترین موو، کورتترین کەس، پیرترین ژن، یان پیاو لە جیهاندا، لەگەڵ هەموو ئەمانەشدا نزیکەی «١٨٪»ی بابەتەکان ساڵانە تازەن.

کریستۆفەر کرۆز: بۆچی خەڵك هەوڵدەدات ناوی تۆمار بکرێت لە کتێبی گینس دا؟ گینس دەڵێت: کە تۆمارکردنی ژمارەی پێوانەیی بە تەنها هۆکارێك نییە، بەڵکو ئەمە ڕێگایەکە بۆ پێوانی توانای خۆمان، زانینی «گەورەترین»، «بچووکترین»، «خێراترین»، «زۆرترین»و «دواترین»... دەشڵێت یارمەتیمان دەدات بۆ زانینی پێگەمان لە جیهاندا، چۆن دەتوانین پڕاوپڕی ئەو بین.

باربارەکلین: لاری ئۆڵمستید توانیویەتی دوو جار ناوی تۆمار بکرێت لە گینس، یەکەمیان بە هۆی ئەوەی کە «٣٢» کاتژمێر، بە سەریەکەوە یاری گۆڵفی کرد، کە ڕیکۆردی پێوانەیی شکاندووە، دووهەمیان بە هۆی ئەوەی توانیویەتی لە دوو شوێنی جیاوازو زۆر دوور لە یەکتر لە یەك ڕۆژدا یاری گۆڵف بکات، یاری گۆڵفی کردووە لە ئوسترالیاو کالیفۆرنیا، لە یەك ڕۆژدا..

لاری دەڵێت: کە بیری لەوە نەکردۆتەوە جارێکی دیکە ئەوە دووبارە بکاتەوە، لە جیاتی ئەوە کتێبێکی نووسیوە بە ناوی (بەدەستهێنانی نازناوی گینس).

درێژترین پیاو، خێراترین، بەرزترین گەشت،... ئەمانە هەموو لە ناو بەناوبانگترین کتێبی جیهانیدا هەن.

لە کتێبەکەیدا ئەو هۆکارە سادەیەمان پێدەڵێت کەچییە وا لە مرۆڤ دەکات هەوڵی شکاندنی تۆماری پێوانەیی بدات؟

لاری ئۆڵمستید: هەموو کەس دەیەوێت بە ناوبانگ بێت، هەرچەندە من وا هەست ناکەم کە بە بوونی ناوت لەم کتێبەداو لە نێوان ئەوانەدا کە تۆماری پێوانەییان شکاندووە تۆ بە ناوبانگ بکات، بەڵکو ئەمە ڕێگایەکە بۆئەوەی کە بە نەمری ناوت بمێنێتەوە.

کریستۆفەر کرۆز: بوونی حەزی مانەوە لە ژیاندا بۆ هەتایی لەوانەیە زۆر سەرسوڕهێنەر نەبێت، بەڵام لاری دەڵێت: سەرسام بووم بەوەی کە بۆچی ساڵانە ژمارەیەکی کەم ناوی دەخرێتە ناو ئەم کتێبەوە.

لاری ئۆڵمستید: زۆر لەو تۆمارانەی دیاری دەکرێن لە ناو کتێبەکەدا دانانرێن، بەڵکو بەدوای بەهێزترین سەرسوڕهێنەردا دەگەڕێن لە ناو خەڵکیدا، کە بەڕاستی شایەنی ئەو تۆمار کردنە بن.

لەبەرئەوە ئەوانەی ژمارەی پێوانەییان تۆمارکردووە ساڵانە، چاوەڕێی ئەوەن کە ناویان هەبێت لە کتێبەکەدا، کاتێك دەبینین زۆرینەیان ناویان نییە زۆر زۆر بێئومێد دەبن.

باربارە کلین: لەم کتێبەدا «٣٠٠٠٠» تۆمار هەیە، هەندێك لەوانە لەو کتێبەدا نابیندرێنەوە، چونکە ئەو کۆمپانیایەی کە کتێبەکە دەردەکات ساڵانە «٤٠٠٠» تۆمار ئامادە دەکات، تەنها «٣٠٠٠»یش لەوانە لە ناو کتێبەکەدا تۆمار دەکرێن.

لاری ئۆڵمستید دەڵێت: هەموو کەس کە دەبیستێت کاتی پێشبڕکێیە، هەوڵدەدات بۆ بەدەستهێنانی نازناوەکە، ئاسانترین ڕێگا بۆ ئەوەی بیبەیتەوەو بە ناوبانگ ببیت، ئەوەیە کە بگەیت بە لوتکە لە وەرزشدا، بەم جۆرە دەبیت بە باشترینو پاڵەوانترین کەس لە جیهاندا.

VOA special english

سەردار عەبدوڕەحمان



سەلیقەی ئاخاوتن و پەیوەندیکردن

ئاخاوتن یەکەم هۆی پەیوەندییە

* کاتێک لە هونەری ئاخاوتندا شارەزایتو بنیادی پەیوەندی باش دەنێیت.. ئەوەی دەتەوێت بەدەستی ئەهێنیت.

* خەڵکی لە باسو خواسدا، وشەی (من) زۆر بەکار دەهێنن ، تۆش وازی لێ بهێنە، تا بتوانیت کاریگەریت لەسەریان هەبێت.

١. کەم بدوێ و زۆر ببیستە، بە گرنگیایەوە گوێ ڕابگرە:

* هەموو بۆچوونێک، دەکرێت بە چەند وشەیەکی کەم لێی بدوێیت.

* هەرچەند قسە زۆر بێت، هەڵەش زۆر دەبێت.

* ماوەی گوێڕاگرتن بۆ بەرامبەر بە گرنگییەوە، ماوەیەکی کەمە، دوایی بوارت دەدات بۆ خۆت قسە بکەیت.

* کاتێک تۆ بە گرنگییەوە گوێ لە بەرامبەرەکەت ڕادەگریتو لەگەڵ قسەکانیدا تێکەڵ دەبیت، ئەویش هەوڵ دەدات وتە پوختو گوشراوەکانی تۆ، بە جوانی وەربگرێت.

٢. لە دەمەدەمێو بەرپەرچدانەوە، خۆت بپارێزە:

* دەمەدەمێو بەرپەرچدانەوە، جەنگێکی شکستخواردووەو کەس تیایدا سەرکەتوو نییە.

* ئەگەر بەرامبەر حەزی لە بەرپەرچدانەوە بێت، بەڵگەی بەهێزو بیانووبڕ، سوودی نییە.

* هەوڵ بدە تەنها وتووێژ لەگەڵ بەرامبەرەکەتدا ئەنجام بدەیت، تا قسەی ئاسایی نێوانتان نەبێت بە دەمەدەمێ.

٣. لە کاتی وتووێژدا، هەرگیز خۆت بە خاوەنی حەقی تەواو مەزانە:

* بۆچوونەکانت لێ نەبێت بە شەرعو یاسای تەواو.

* هەرچەندە ڕاکەت تەواو بێت، دەکرێت تۆ لە گەیاندندا هەڵە بیت.

* زۆر بۆچوونو ڕا هەیە، کە دەکەوێتە ناو مەیدانەوە، ناتەواو دەردەکەوێت.

٤. دەستەواژەی ناسک بەکاربێنە:

* هەموو دەستەواژەیەک کە سوپاس، پێزانین، دڵدانەوە، بەخەمەوەبوونو بیانووهێنانەوە دروستی تێدا بێت، سروشتییەو کاریگەری باشی دەبێت.

* دەکرێت بە زیادکردنی وشەیەک یان زیاتر، دەستەواژەکان جوانتر بکەین.

ئەم وتە ناسکە: سوپاس.. بەڵام ئەم وتە ناسکترو کاریگەرترە: سوپاس خزمەتێکی گەورەت کرد بە من.

٥. ڕێگەی کەسانی تر بدە، بیرۆکەکانت تاووتوێ بکەن:

* ئەگەر ویستت بیرۆکەکەت هەر بمێنێت، ئەوا لە مێشکی کەسانی تردا بەشێوەیەکی چاک بیڕوێنە.. وای لێ بکە هەست بکات کە خۆی خاوەنی بیرۆکەکەیە.

* بنەماکانی بیرۆکەکەت پێشکەش بکەو دارشتنی کۆتایی، بۆ کەسانی تر بەجێ بهێڵە.

٦. دان بە هەڵەکانتدا بنێو پاکانە مەکە:

* باشترین پاکانە بۆ هەڵەکردن، دان پێدانانیەتی.

* داننانت بە هەڵەدا، بەڵگەیە بۆ بەهێزی و پتەویت، خەڵکیش لە بەهێزەکان دەبوورن.

٧. کەسی بەرامبەر، لەسەر وشەی (بەڵێ) ڕابهێنە:

* بابەتەکە لەسەر شێوەی پرسیارێک کە وەڵامەکەی (بەڵێ) بێت، باس بکە.

* کاتێک کەسی بەرامبەر، وشەی (بەڵێ) چەند جارێک دووبارە دەکاتەوە.. هەست دەکات لەگەڵا تۆدا، تەواو هاوڕایە.

بۆچی من؟!

بەختیار حەمید



هەموومان ئەم پرسیارە لە کاتی جیاوازی ژیانماندا دەکەین. کاتێک تووشی ناخۆشییەك، یا کێشەیەك دەبین، کاتێك کارەکەمان لە دەست دەدەین؟ کاتێك پرۆسەی هاوسەرگیریمان کۆتایی دێت؟ کاتێك نەخۆش دەکەوین؟ یا کاتێك کە خۆشەویسترین کەسمان بۆ یەکجاری دەڕۆن و ئیدی ناگەڕێنەوە؟

یەکەم شت پرسیار دەکەین و دەڵێین: خودایە بۆچی من تووشی ئەم کێشەیە بووم؟

بەڵام ئەو کات ڕاستی ڕووداوەکان نازانین، کاتێك دێت، ڕاستی ڕووداوی شتەکان بزانین، ئەو کات دەزانی گرنگی ڕوودانی ئەم ڕووداوە، چەندە باش بوو بۆ ئێمەو نەدەبوو ئاوا نیگەران ببین بۆ ڕوودانی ئەم ڕووداوەو بەرۆکی خۆمان بگرتایەو ئەم ڕستە پرسیارییەمان بچرپاندایە: (بۆچی من؟).

ئێمە سزانەدراوین، یا دەرنەکراوین لە ژیاندا؟

یەکێك لەو چیرۆکانەی کە منی ڕاکێشا بۆ نووسینی ئەم بابەتە ئەم چیرۆکە بوو: (ئاپەر ئاشی یاریزانی تێنسی سەرزەوی لە پاڵەوانێتی ویمبلدۆن لە ساڵی ١٩٧٥دا، گەیشتە یاری کۆتایی. هەموو ئاماژەکان وایان دەگەیاند، کە (ئاپەر ئاشی) دەدۆڕێت، بەڵام لە کۆتاییدا (ئاپەر ئاشی) توانی لە (جیمی کۆنەرس) بباتەوە. دوای سی ساڵ بەسەر ئەم ڕووداوەدا، (ئاپەر ئاشی) بە هۆی گواستنەوەی خوێنەوە تووشی نەخۆشی ئایدز بوو. هاندەرانی (ئاپەر) لەسەرتاسەری جیهان نامەی هاوخەمییان بۆ نارد، تێکڕای دۆستان و هاندەرانی نوسیبوویان ((بۆچی تۆ؟ بۆ کەسێکی تر نەبوو؟!)، ئاپەر لە وەڵامی ئەم هەموو نامەیەدا گوتی: لەم جیهانەدا ملیۆنان هەرزەکار بە هیوای ئەوەن ببن بە یاریزانی تێنس، لەناو ئەم ملیۆن کەسەدا، تەنها چەند هەزار کەسێك دەبن بە یاریزان، لە ناو ئەو هەزار کەسەشدا تەنها سەد یاریزانێك دەگەن بە پاڵەوانێتییەکان، لەم هەموو یاریزانەشدا، تەنها دوو یاریزان لە یاری کۆتاییدا یاری دەکەن.

کاتێك لە (ویمبلدۆن) ڕاوەستابووم و جامەکەم بە دەستەوە گرتبوو، بە هیچ شێوەیەك پرسیارم لە خودا نەکرد کە (بۆچی من؟!)، ئایا ئێستا چ مافێکم هەیە لە خودا بپرسم (بۆچی من؟)!

ئەمە زۆر ڕاستە!! کاتێك ئێمە لەوپەڕی خۆشی و شادی و بە دەستهێنانی سەرکەوتنی ناوازەداین، هیچ جارێك بەرگوێمان ناکەوێت، بڵێین: (بۆچی من دڵخۆشم؟) (بۆچی من سەرکەوتم؟)، هەموو کاتێك هەست دەکەین خۆشی و شادی و سەرکەوتنەکانمان بەرهەمی کارکردنی زۆر، ئارامگرتن، ورە، توانایی بەهێز، باوەڕبەخۆبوون، ئەم ئەنجامانەمان بەدەستهێناوە.

ئەمە مافی خۆتە وابیربکەیتەوە، بەڵام ئەو کاتەی تۆ لە ناخۆشی و کێشەدایت، هەر ئەنجامی کارەکانی خۆتە، کاتێك تووشی هەڵامەت بوویت، هەر تۆ هۆکاری ئەم کارەیت، چونکە گەر کەمێك لە سەرما خۆت پاراستبا، تووشی نەدەبوویت.

هەر کارێکی چاك، ئێمە ئەنجامی دەدەین، مەرج نییە پاداشتی لەگەڵدا بێت، چونکە زۆرجار مرۆڤ ئەنجامی کارە باشەکانی، تەنها بریتییە لە سزادانی خۆی. ئەو کاتەی کە بۆ یەکەمین جار زانایەك گووتی: ((زەوی خڕە))، ئایا زاناکە خەڵات کرا، یا سزا درا؟ بێگومان سزادراو لەسەر ئەم دۆزینەوە زانستییەی، زیندانی کرا. ئێستاش هەموو جیهان لەسەر ئەو بیرۆکەیە هاوڕان.

داوای لێبوردن دەکەم

محەممەد حەسەن

ئێمەی مرۆڤ هەموو ساتێکی ژیانمان قابیلی هەڵەکردنو خراپەکردنین، بەڵام ئاخۆ تا چەند ئەمە هەست پێ دەکەینو لەبەرچاومانە؟ یان ئایا ئەو مرۆڤانەی کە دەرکی پێ دەکەن کێنو کامانەن؟ زۆرن، یا کەم؟

منو تۆ کە پێکەوە کارێك دەکەین، یان گفتوگۆیەك دەکەین، یان هەر جۆرە هەڵسوکەوتێکی تری ئاسایی کە پێکەوە ڕۆژانە ئەنجامی دەدەین، چەند جوانە کە پێش دەستپێکردن بڕیاری مرۆڤانە هەڵسوکەوتکردن بدەین، چونکە ئەو کات ئەگەر هەڵەیەکمان کرد هەستی پێ دەکەین.

بۆ منیشو بۆ تۆش زۆر گەورەیە کە دەستپێشخەری بکەینو لە هەر هەڵەیەکدا کە ڕوو دەدات داوای لێبوردن بکەینو نەهێڵین کارەکە خراپتر ببێت، بە پێچەوانەشەوە ئەگەر نە منو نە تۆش، ئەو کارە نەکەین دوایی دوو جار پەشیمان دەبینەوە، یەکەم بۆ هەڵەکردنەکەو دووەمیش بۆ داوای لێبوردن نەکردن، کە زۆرجار ڕەنگە لە دواییدا ناچاربین داوای لێبوردن بکەین، کە پێم وایە ئەمەیان نە پاداشتەکەی ئەوەندەیەو نە تامو چێژێکیشی لێ دەبینیت.

هەندێجار مرۆڤەکان وای بۆ دەچن کە کەمیو هەست بە کەمی کردنە، ئەگەر دەستپێشخەریی بکەن لە داوای لێبوردن کردندا، ئیتر ئایا باوی کۆمەڵگەکە وەهای کردووە، یان ژینگەو دەوروبەر، یان لوتبەرزیی، یان هەر شتێکی تر. بە هەرحاڵ مرۆڤ ڕووبەڕووی ئەو حاڵەتە دەکاتەوە، بەڵام دەبێت باش بزانین کە ئەوە هەستکردن بە کەمیو خۆ بچووککردنەوە نییە، ئەگەر چی ئەوانی تریش وەها تێ بگەن، بەڵکو ئەوپەڕی گەورەییە، چونکە بڕیارت داوە کە وەك مرۆڤو مرۆڤانە کاربکەیتو تەماحی زیاتر ناتگرێتو لە مرۆڤ گەورەتر تەماشای خۆت ناکەیت، فێریشت دەکاتو هانت دەدات بۆ دووبارە نەکردنەوەی هەڵەکان.

بەڵام ئەی ئەگەر وا هەستمان کرد کە هەمیشە هیچ تاوانێکمان نییەو ئەوە ئەوانی ترن کە دەبێت داوای لێبوردنمان لێ بکەن، ئەوا بێگومان دەبین بە دیکتاتۆرێکی ڕاستەقینە بەرامبەر خۆمانو خۆمان دەچەوسێنینەوە، چونکە ئەم هەستە وامان لێ دەکات، بە هەڵەکان نەزانینو بەوەش لەسەریان بەردەوام دەبین، لەبەرئەوەی هیچ بازگەیەکمان دانەناوە، تا خۆمانی پێ بپشکنینو ڕێگری بکەین لە هاتوچۆی خراپەکاریو هەڵەکان، دەرەنجامی ئەمەش -وەك ئاماژەمان پێدا- دروستبوونی دیکتاتۆرێکە لەسەر خۆمان، کە بەرەو هەڵدێرمان دەبات.

سەرنج بدەنو بزانن کێن ئەوانەی کە بەوە ناسراون داوای لێبوردن زۆر دەکەنو زۆر زووش لە هەڵەکان پەشیمان دەبنەوە، با لێیان وردببینەوەو بزانین: ئایا وردە وردە کردەوەی چاکیان زۆرترو کردەوەی خراپیان کەمتر نابێتەوە؟ یان سەرنجێك بدەینو بزانین: ئایا تا چەند نیشانەکانی کەسی سەرکەوتوویان تێدایە؟ بێگومان ئەگەر بە ڕاستی ئەو هەستەیان تێدا بێت، بە نیەتێکی ڕاستو پاکەوە، ئەوا زۆر بە باشی هەستیان پێ دەکەینو گەر بشمانەوێت دەبن بە سەرمەشق بۆمان .

نموونەی ئەو کەسانەی کە زوو بە هەڵەکانیان دەزاننو سنگیان فراوانە لەگەڵ بەرامبەرداو هەست بە پەشیمانی لە گوناە تێیاندا زۆر زیندووە، لە کۆمەڵگەدا زۆرن، لە ناو خێزانەکانمانو گەڕەكو کۆڵانەکانمانو شوێنی کارمانو هەرشوێنو جێگەیەکی تریش دا، کە ئێمە ڕۆژانە تێیدا ژیان دەگوزەرێنین. ئێمە با بێین لێیانەوە فێربینو خۆشمان ئەنجامی بدەینو بیکەین بە ئەزموونی ژیانمانو پاشانیش خەڵکانی تر فێربکەین، تا هەمووان بە خۆشی پێکەوە بژین.

هەموو شتێك کە ڕوودەدات لەبەر هۆکارێکە:

ئەگەر لەو شوێنەی کە تۆ ئێستا دانیشتوویت، سەیری جیهان بکەیت، لەسەدا چەندی شتەکان دەبینیت؟ ئەگەر لە شاشەی تەلەفزیۆن، یا لە ئینتەرنێتەوە سەیری جیهان بکەیت، چەند لەسەددا دەبینیت؟ بێگومان هەمووی کۆبکەینەوە ناکاتە سەدیەك.

ئێمەی مرۆڤ کە سەیری دەوروبەرمان دەکەین، تەنها شتەکان لە چاوی خۆمانەوە دەبینین، بەڵام نازانین هەر شتێك لەم جیهانەدا ڕوودەدات، تەنها بریتییە لە بەشێکی بچووك لە پلانێکی گەورەی خودا بۆ دونیا. ئەو پلانەی کە تۆ، یا من، هەرگیز لە تەواوی شتەکان ناگەین. ئەم جیهانە هەموو ئەو کردارانەی کە هەر مرۆڤێك دەکات، ئاواتەکان، کێشەکان، بڕیارەکان، کردارەکان، هەمووی بە یەکەوە دەبەستێتەوە لەگەڵ کردارەکانی ملیۆنان کەسانی تری سەر ئەم زەمینە. بۆیە ئەگەر تۆ تووشی کێشەیەك بیت، ئەوا بزانە لەوانەیە سوودی بۆ کەسێکی تر هەبێت، کە ڕۆژانێك تۆش دڵخۆش بوویت، ئەو خەمبار بووە. بۆ نموونە ئەگەر تۆ ئۆتۆمبێلەکەت لێخوڕیو هەرگیز تووشی ڕوودانی هاتوچۆ نەبیت، یا ئۆتۆمبیلەکەت تێکنەچێت، ئایا فیتەرو تەنەکەچییەکان، بێکار نامێننەوە. کەواتە ژیان تەرازوویەکی گۆڕاوە کە بەلای خۆشیو ناخۆشیدا دەجوڵێن.

هەموو شتێك کە ڕوودەدات بۆ چاکەی تۆیە:

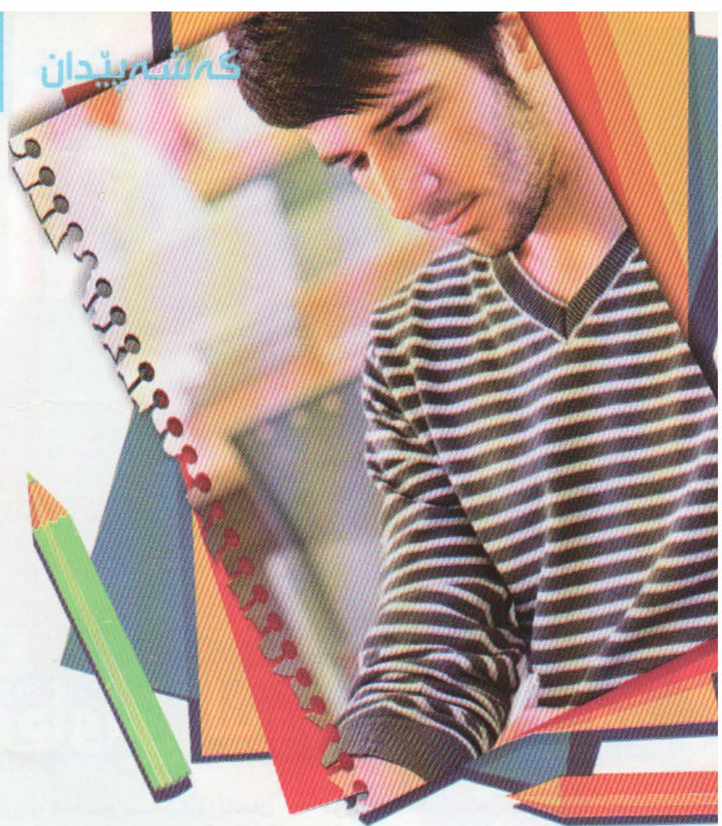
ئێمە زوو بڕیار دەدەین لەسەر خراپی، یا باشی، دادوەرانە، یا نادادوەرانە، خۆشی، یا خەمباری، ڕووداوەکان دەدەین. چی دەبێت ئەگەر وا بیر بکەینەوە، هەموو شتێك کە ڕوودەدات تەنها بۆ خۆشبەختی ئێمەیە، ئەگەر چی لە ئێستادا ئازارمان دەدات. کە کات تێپەڕ دەبێتو ئینجا نرخی ڕوودانی ئەم ڕووداوە دەزانین، کە چەندە گرنگو سودبەخش بوو بۆ ئێمە. تۆ پێویست ناکات بەردەوام لە بارودۆخی کێشەکان خەمباربیتو ئازاری خۆت بدەیت بە ڕستە پرسیاری (بۆچی من؟) لە جیاتی ئەوە، داوا لە خودا بکە کە ڕێنماییت بکاتو کارەکانت بۆ ئاسان بکات.

زۆرجار دەبێت کارەکەمان لە دەست بدەین بۆئەوەی کارێکی باشتر بە دەست بهێنین، یا دەبێت یەکێك لە هاوڕێکانمان لە دەست بدەین، بۆئەوەی ژیانمان بەرەوباشتر بڕوات.

چۆن وانەکان بخوێنین؟

زنجیرەی سێ

ئارام ستار بادلی



بێگومان پرۆسەی خوێندنو فێربوون پێویستی بە هەوڵدانو خۆماندووکردن هەیە، تا سەرکەوتن بەدەست بهێندرێت، بەڵام پرسیارێك لە ناو مێشکی زۆربەی قوتابییەکاندا دروستبووە، ئایا چۆن وانەکان بخوێنینو تێیان بگەینو دووربکەوینەوە لە بێتەرکیزیو فێرنەبوون کە ئەمڕۆ زۆربەی قوتابیان سکاڵایان هەیە لەمەڕ ئەم بابەتە؟ بۆیە ئێمە ئەو ڕێگاو شێوازانە بە قوتابیانی بەڕێز ئاشنا دەکەین، تا سوودیان لێببینن کە ئەمانەن:

١- زانیارییە سەرەتاییەکان: هەرچەندە زانیارییە سەرەتاییەکان لەبارەی بابەتێکەوە زۆرتر بێت، بەبێ هۆ ئەوا زیاتر ئێوە بۆ لای خۆی ڕادەکێشێت، لە ئاکامدا تەرکیزی باشتر بەدەست دەهێنن. ئەمەشیان ڕێگای حەزو ویستی فێربوونە. بۆ نموونە پێش ئەوەی دەست بکەن بە خوێندنی یاسا ئاڵۆزەکان لە بارەی بارگاوی فیزیادا، چەندجارێك بە وردی تێگەیشتنەوە بخوێنەرەوە، واتا پێشتر دەست بکەن بە وەرگرتنی زانیارییە سەرەتاییەکان، کە لەو بارەوە هەستی ویستی فێربوون زیاتر دەکات، لە ئاکامیشدا تەرکیز باشتر دەکات، بۆیە خوێندنی پێش چوونە ناو پۆل گرنگە، چونکە ڕادەی فێربوونو تێگەیشتن بۆ وانەکان بە ڕادەیەکی بەرفراوان زیاد دەبێتو دەبێت زانیارییە سەرەتاییەکانیش سادەو دوور بن لە ئاڵۆزیو قورسی، واتا کورت بکرێنەوە، یان هەر خاڵە وشەو بیرێکی لێ وەربگرن، وەك کلیلی بابەتەکەو نابێت زۆریش بن، لەبەرئەوەی یاسای بنەڕەتی یادگە(زاکیرە)فێربوونی وردە وردەو لەسەرخۆیە، دەشبێت زانیارییەکان بەشێوەیەکی باش بوترێنەوەو زانیارییەکانیش بە ژیانی ڕۆژانەی خۆتانەوە ببەستنەوە.

٢- ناسینی یاساو ڕێساکان: واتا بە ناسینی یاساکانی هەر شتێك، ئێوە بەرانبەر ئەو شتە ئارەزوومەند دەکات. پێش دەستپێکردنی خوێندنەوە، بزانن ئەم پەرتووکە بازنەکانی بە دەوری چیدا دەسوڕێتەوەو جەخت لەسەر چی دەکاتەوەو چۆن دەیەوێت من فێر بکات، بۆ نموونە ئەگەر ئێوە نەزانن یاساکانی یاری باڵە چییەو بە تەواوی خۆتانی لێ شارەزا نەکەن، ناشتوانن ئەم یارییە ئەنجامبدەن.

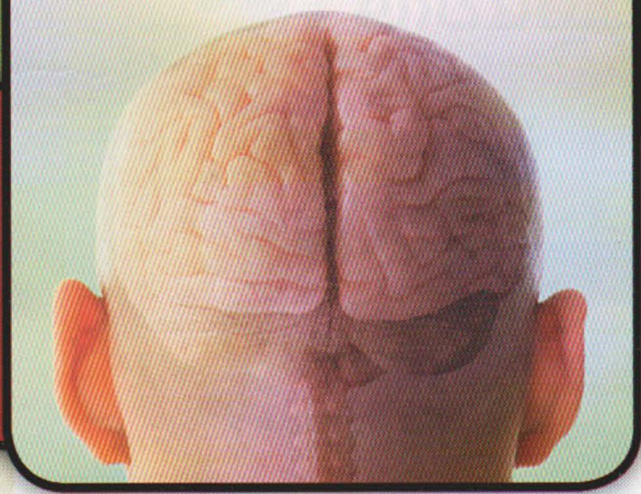
٣-هەڵسوڕانی زمان: واتا باسکردنی بابەتە دژوارو قورسەکانی پەرتووك بە زمانی سادەو ڕەوانی خۆتان، کاتێك دوایی بە خوێندنەوەی پەرتووکێك دێت، ناوەرۆکو یاساکانی بە زمانی خۆتان باسبکەن، چونکە هەڵسوڕانی زمان یەکێکە لە بنەما سەرەکییەکانی خوێندنەوە، نموونە لە خۆتانەوە بهێننەوە، بۆ نموونە: یاسایی ئەرخەمیدس بە زمانی خۆتان پێناسەی بکەنو چ مانایەکی هەیە لە زمانی ئێوە، چونکە ئەگەر لە زمانی خۆتانەوە بابەتێك فێربن، زۆر بە ئاسانی بابەتەکان فێردەبنو لە بیرتان ناچێتو شتە گرنگەکانیش لە تیانووسێکدا بنووسنەوە.

٤- گاڵتە لەگەڵ پەرتووك بکەن: لەگەڵ پەرتووك بە خۆشحاڵییەوە هەڵسوکەوت بکەن، وەك ئەوەی چاوتان بە هاوڕێیەکی خۆتان دەکەوێت، کاتێك لەگەڵ هاوڕێیەکتان قسەدەکەن، یان سەیری تەلەفزیۆن دەکەن، بزەیەکتان لەسەر لێوەو زۆر ئاسوودەن، بەڵام کاتێك باسی وانەو خوێندن دەکرێت دەچنە لای پەرتووکەکانتان تووڕەو بێزارن، بۆیە لە دەروونناسیی یادگەی فێربووندا هاتووە: ئەو بابەتانەی خەندەو ڕووخۆشیی زۆرتریان لەگەڵدایە، زۆرتر لە ناو یادگەدا دەمێننەوە، چونکە حەزو تەرکیز دەبن بە هۆی ئەوەی بابەتەکە بچێتە ناو یادگەوە، بۆ نموونە: کاتێك ئەلیکترۆن لە ناو وایەردا دەجوڵێتو دەدەرێت بە بەرگری گلۆپدا بە خۆتان بڵێن: پایسکلسوارێك (ئەلیکترۆنە) بە شەقامێکی چۆڵدا (وایەر) بە خێرایی دەڕوات، کتوپڕ دەدرێت بە دیوارێکدا بەرگری (گلۆپ) ئەو کاتە هەست دەکات کە پەپوولەکان بە دەوری سەریدان (گلۆپەکە ڕۆشن دەبێت).

٥-سەرنجدان بە خۆشییەکانی کۆتایی، نە بە سەختیەکانی ڕێگا: بۆ دەستپێکردنی هەر کارێك دەبێت قبوڵ بکەن کە دژواری زۆر لە ڕێگادایە، دەبێت هەوڵی پێویستی بۆ بدرێت، ڕەنگە لە سەرەتاوە بۆتان قورس بێت، بەڵام وردە وردە کە لەگەڵیدا دەڕۆن، ڕاهێنانەکان سادەو شیاوتر دەبن، دەبێت بۆ ئەنجامدانی هەر کارێك بیر لە ئەنجامە خۆشییەکانی کۆتایی بکەنەوە، بۆ نموونە ئەگەر دەبێت ڕۆژانە ٢٠ لاپەڕە بخوێنیتەوە بیر لە زەحمەتی خوێندنەوەی ڕۆژی ٢٠ لاپەڕەکە مەکەنەوە، بەڵکو بیر لە خۆشییەکانی ئەنجام و نمرەی بەرز بکەنەوە، سەرەنجام حەزو تەرکیز دروست دەکات.

٦-هەڵەداڕشتنی بەرنامەو دیارینەکردنی ئامانج: واتا دەبێت هەمیشە لە بیرتان بێت هەر ڕۆژەو بەرنامەی ئەو ڕۆژەی تێدا ئەنجام بدەن، بیر لە چەند لاپەڕە مەکەنەوە. وەك: دانانی بەرنامە بۆ خوێندنی فلانە پەرتووك، کە قەبارەیەکی زۆر گەورە لە خۆ دەگرێت، سەرەنجام بێزاریو بێتەرکیزیو تووڕەیی دروست دەکات، ئامانجی دیاریکراو ون دەبێت، نابێت قوتابی بە خۆی بڵێت ئامانجم تەنها فێربوونی ئەم بەشەیەو ئامانجم بەدەستهێنانی نمرەیەکی بەرزە، بەڵکو دەبێت بە خۆی بڵێت: ئامانجم ئەوەیە زانیاری ورد لەبارەی ئەم ڕووداوە، یان ئەو یاسایە بە دەستبهێنم، سەرەنجام نمرەی بەرز ئۆتۆماتیکی بە دەست دەهێنێت.





دەتەوێت مێشکت تەندروست بێت؟

ئەمە تەنها پرسیارێکەو بەس، هەرچەندە دڵنیام لەوەی وەڵامەکەت (بەڵێ)یە، بەڵام تەنها (بەڵێ) بەس نییە، بۆیە پێویستە بۆ تەواوکردنی وەڵامەکەت ئەم بابەتە پێکەوە بخوێنینەوە.

کۆئەندامی ناوەندە دەمار (مێشك) گرنگترین ئەندامی جەستەی مرۆڤە. ئەم ئەندامە ئاراستەکارو بڕیاردەرو لەخۆگری هەستەوەرەکانە، سەرجەم ئەندامەکانی جەستە لە ژێر فەرمانی ئەم کۆئەندامەدان، ئەمە وێڕای ئەوەی ئەم کۆئەندامە مەڵبەندی بیرکردنەوەو پرۆسە ژیرییەکانە، ئەمانەو چەندین گرنگی تری ئەم کۆئەندامە، کە ناتوانرێت وا بە ئاسانی بنووسرێتەوە. بۆیە هەروەك کۆئەندامەکانی تری جەستە، هۆکار زۆرە بۆئەوەی ببن بە هۆی نەخۆشی‌و کێشە بۆ ئەم کۆئەندامەش. لەم بابەتەدا هەندێك لە گرنگترین ئەو هۆکارانەی کاریگەری خراپیان لەسەر تەندروستی ئەم کۆئەندامە هەیە، دەخەینەڕوو. بە هیوای دوورکەوتنەوە لێیان، بۆئەوەی تەندروستییەکی باش، بە کۆئەندامی ناوەندە دەماری خۆمان ببەخشین‌و بتوانین بڕیارو کارەکانمان بە باشی لەم کۆئەندامەوە وەربگرین، هۆکارەکانیش بریتین لە:

١- نەخواردنی ژەمە خواردنی ئێوارە:
هەمیشە ڕێنماییە پزیشکییەکان پێمان دەڵێن: لە ژەمی ئێوارەدا زیادەڕەویی لە خواردندا نەکەین، چونکە زۆرخواردن لەو کاتەدا دەبێتە هۆی کۆبوونەوەی وزەو بەکارنەهێنانی بە هۆی ئەوەی شەوانە دەخەوین‌و جەستە لە چالاکییەکانی دەوەستێت، هەروەها دەبێتە هۆی ڕەقبوونی خوێنبەرەکان، ئەمە ڕێنماییەکی تەندروستە، بەڵام ئێمە بە هۆی هەڵە لێکدانەوەمان بۆ ئەم وتەیە، لە ترسی قەڵەوبوون، یان نەخۆشی‌و خەوبینین‌و ...هتد، ئێواران لە خۆراك دووردەکەوینەوە. بێگومان ئەمەیان هەڵەیەکی گەورەیە، چونکە ئەم کارە دەبێت بە هۆی ئەوەی ڕێژەی شەکر لە خوێنماندا کەم ببێتەوە، کەمبوونەوەی ڕێژەی شەکریش لە خوێندا دەبێت بە هۆی ئەوەی خۆراکی پێویست نەچێت بۆ مێشك، ڕەنگە ببێت بە هۆی شیبوونەوەی خانەکان. بۆیە پێویستە ژەمەخواردنی ئێواران بخورێت، بەڵام زیادەڕەویی لە خواردنیدا نەکرێت.

٢- پیسبوونی ژینگە (کەش‌و هەوا):
لە جەستەی مرۆڤدا، مێشك گەورەترین بەکاربەری ئۆکسجینە(O_2). پیسبوونی کەش‌وهەواو هەڵمژینی هەوای پیس لە ڕێگەی پرۆسەی هەناسەدانەوە، دەبێت بە هۆی ئەوەی ئۆکسجینی پاك بە پێی پێویست نەگات بە مێشك. ئەمەش کاریگەری خراپ لەسەر هاوسەنگی‌و پرۆسە ژیری‌و تەندروستی تاك بە گشتی دروست دەکات.

٣- کەمخەوی: خەوتن هۆکاری پشوودانی مێشکە، لەو ماندووبوونەی تووشی هاتووە، هەروەها هۆکاری چەسپاندنی زانیارییە وەرگیراوەکانەو وزەی زیاتریش بە مێشك دەدات، تا بەکاری خۆی هەستێت. بۆیە کەمخەوی دەبێت بە هۆی ماندووبوون‌و لەناوچوونی پێشوەختی خانەکانی مێشك، یان لاوازی مێشك لە توانای بڕیاردان‌و پرۆسە عەقڵییەکاندا بە گشتی. بۆیە گرنگترین چارەسەر بۆ خۆپاراستن لەم گرفتە ئەوەیە کە لە ماوەی (٢٤) کاتژمێردا (٧ – ٩) کاتژمێر لەو کاتە بۆ خەوتن بەکاربێنین، گرنگترین کاتیش بۆ خەوتن شەوانە کاتژمێر (دە)ی شەو تا (شەش)ی بەیانی.

٤- جگەرەکێشان: جگەرەکێشان وێڕای ئەوەی لێکۆڵینەوە پزیشکییەکان ئەوەیان یەکلایی کردووەتەوە: جگەرەکێشان دەبێت بە هۆی چەندین نەخۆشی ترسناك، مێشکیش لەو گرفتو نەخۆشیانەی کە لە ئەنجامی جگەرەکێشانەوە دروست دەبێت، بەدەرنییە، چونکە جگەرەکێشان دەبێت بە هۆی پیسبوونی خوێن بە مادەی نیکۆتین، ئەمەش وادەکات کە خوێنی پیس بۆ مێشك بچێتو مێشکیش بێبەش دەکات لە خواردن‌و ئۆکسجینی پاك‌و تەندروست، ئەمەش وا دەکات خانەکانی مێشك گرژ ببنەوە.

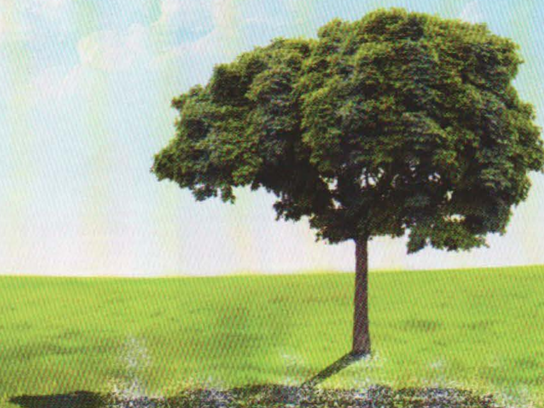
٥- داپۆشینی سەر لە کاتی نووستندا، یان کارکردندا:
هەندێجار بۆئەوەی خەومان لێبکەوێت، پێویستمان بە شوێنێکی تاریك هەیە، یان لە کاتی کارکردندا بە هۆی گەرما، یان پیسبوونی ژینگەی دەوروبەرەوە، ئەمانە دەبن بە هۆی ئەوەی سەرمان بە دەم‌و لوتیشمانەوە داپۆشین، بێگومان ئەمەش کاریگەری خراپی لەسەرمێشك دەبێت، چونکە لەو بارەدا چڕی گازی دووانەئۆکسیدی کاربۆن (CO_2) زیاد دەکاتو ئۆکسجینی پێویست کەم دەبێتەوە. لەبەرئەوە باشتر وایە لە کاتی نووستندا گڵۆپەکان بکوژێنینەوە، یان دەم‌و لووتمان دانەپۆشین، هەروەها لە کاتی کارکردنیشدا، گەر ناچاربووین ئەم کارە بکەین، ئەوا با بەدەمامکێك دایپۆشین، نەك بە جامانەیەکی ئەستوور کە ڕێگەی هەناسەدان تەسك بکاتەوە. ئەم کارە مایەی زووماندووبوونە لە کارکردنیشدا.

٦- کارکردن‌و خوێندن لە کاتی توشبوون بە نەخۆشی:
ئەنجامدانی کار، یان خوێندن لە کاتی توشبوون بە نەخۆشی، مایەی کەمبوونەوەی چالاکییەکانی مێشکە، چونکە مێشك لەم کاتانەدا پێویستی بە پشوودانە، نەك ماندووکردن.

سەرچاوە / منتدى الماجدة

سیدە هورمزیار

قەلغانێك بۆ ژیان



ئەگەر ئێوە بزانن بەیانی، یان مانگێکی تر، یاخود ساڵێکی تر دەمرن، چۆن ساتەکانی ژیانتان بەڕێدەکەن؟ ئێوە خۆتان بڵێن؛ ئایا دەتوانن چێژ لە ژیان وەربگرن،؟ دەتوانن لە ژیان بەختەوەرو دەم بەپێکەنین بن؟ وەلی منداڵێکی تازەلەدایکبوو کە هیچ خەمێکی نییەو بە دەم جوانییەکانی ژیانەوە زەردەخەنە دەیگرێت، ئەوانەی کە هەندێ ژیرو لێهاتوون وەڵامەکانیان بۆ ئەم پرسیارانەی سەرەوە نەخێرە. چونکە ژیان بۆ هەموو لایەك خۆشەویستەو بەگشتی مرۆڤەکان ئارەزووی مردن ناکەن، ئێستا کە ئێوە گەیشتن بەڕاستییەکان دەبێت دان بەوەدا بنێین کە نەزانینی هەندێ شت لە بارەی داهاتووی ژیان بەختەوەرییەوە کە خودا بە تەواوی مرۆڤەکانی دەبەخشێت.

ئەگەر تائێستا ئێوە هاوبۆچوونی ئەم وتانە نین، ئەوا ناچارم کە دیسانەوە یەکێك لەڕەفتارە داناییەکانی پێغەمبەر یەعقوب بە یادی ئێوە بهێنمەوە، کە کاتێك یوسف (سەلامی خودای لێبێت) لە کاتی منداڵیدا خەونی بینی، خەونەکەی لای باوکی باسکردو دوای گێڕانەوەی خەونەکە پێغەمبەر یەعقوب تەنها ئامۆژگارییەك کە هەیبوو بۆ یوسفی کوڕی ئەوە بوو، کە باسی خەونەکەیلای براکانی نەکات، سەرەڕای ئەوەی کە دەیزانی کوڕەبچکۆلانەکەی داهاتوویەکی ڕۆشنی هەیە، بەڵام بە هیچ شێوەیەك لای کوڕەکەی ئەم باسەی نەکرد. نەدرکاندنی ئەم نهێنییە بۆ یوسف، ئەوەی لێدەبینرێت کە پێغەمبەر یەعقوب، هیوای ئەوەیە کوڕە بچکۆلانەکەی لە داهاتوودا بەختەوەربێت، ڕەنگە ئەگەر ئەو، ئاگاداری ئەوە بووایە کە لە داهاتوو پایەبەرز دەبێت، نازی بەسەر براکانیدا بکردایە، یان دەوروبەری کارێکی مەترسیداریان بەسەردا بهێنایە، دروست وەك پێغەمبەری ئازیزمان (سەلامی خودای لێبێت)، کاتێك کە لەگەڵ مامی سەفەری کرد بۆ شام، بەڵام پێش ئەوەی بگەن بە شام لە بوسرا، کەسەر بەشام بووە، ڕاهیبێك ئامۆژگاری مامی کرد، کە نەیبات بۆ شام، چونکە مۆری پێغەمبەرایەتی لە محمد (درودی خودای لەسەر بێت)، هەیە، نەبادا جولەکەکان پێی بزانن‌و ئازاری بدەن.

بە ڕاستی ئەم ڕاهیبە کە ناوی بوحەیرا بووە، هەستی کردووە.. مەترسی لەسەر ژیانی ئەم منداڵە هەبووە، وەك باوکی یوسف هەوڵی داوە، وەها نهێنییەك شاراوەبێت، بۆیە زۆریش خراپ نییە.. ئێوە نەزانن بەیانی، یان لە داهاتوودا ژیانتان بەرەو کوێ ئاڕاستە دەکرێت، چونکە گەلێجار نەزانین سەبارەت بە داهاتوو، وەك قەڵغانێك وایە، لە شالاوی خەم‌و ناخۆشییەکان پارێزگاریتان لێدەکات .

ئەگەر پێغەمبەر یوسف بیزانیایە، لە داهاتوودا دەبێت بە وەزیری دارایی میسر، ئێوە پێتان وایە قبوڵی بکردایە بڕوات بۆ زیندان، یان لە زیندان بە ئارامی بژیایە؟ دەشێت ئێوەش بڵێن:نەخێر، چونکە هەرکەسێك گەر بزانێت داهاتوو ڕووداوێکی ناخۆشی بۆ لە کۆڵ ناوە، ئەوە ڕووبەڕووی نائارامی دەبێتەوە، بەڵام بۆ ئاگاداریتان، دەبێت بزانن کە ئەم وتەو بەڵگانە، مانای ئەوە نادات کە ئێوە کەمتەرخەمی بنوێنن لە بارەی داهاتووی ژیانتانەوەو هیچ هەوڵی سەرکەوتن نەدەن‌و بڵێین لە بارەی داهاتووەوە هیچ شتێك نەزانین باشترە، چونکە ئەگەر پێویست بکات، هەندێ نەزانن لە بارەی ئەو داهاتووەی بەرەو ڕووتان دێت، دەی لە هەندێ کاتیشدا پێویستە هەوڵ بۆخۆشگوزەرانی داهاتووتان بدەن‌و لەمەڕ هەندێ لە لایەنەکان، زانیاری پێویستان هەبێت.

ئەگەر وڵاتی هایتی ئامادەکاری بکردایە، یان ئاگاداری ئەوەبوایە بومەلەرزەیەکی بەهێز ڕوودەدات، ئەوا ئەو کەسانەی دەبوون بە قوربانی، ڕێژەیان کەمتر دەبوون لەوەی کە بەسەریاندا هات. بۆیە ئەگەر دڵنیابوون کە بەیانی چیتان بەسەردا دێت، ئەوا خۆتانی بۆ ئامادە بکەن، بەڵام هیچ کات نارەحەت مەبن لەوەی کەی هاوسەرگیری دەکەن، یان کەی دەمرن، یاخود کەی لە کارەکانتاندا سەرکەوتن بەدەست دەهێنن‌و کەی بڕوانامە بەدەست دەهێنن؟ ئەوەی لەم نێوەندەدا پێویستە ئەوەیە، کاربکەن بۆ دوای مردن، لەم دونیا بەختەوەری مسۆگەر بکەن، کە هاوسەرگیریتان کرد کەسانێکی ڕێزداربن، کارێکیش بکەن کەبڕوانامەتان وەرگرت، بتوانن خزمەت بە خۆتان‌و دەوروبەرتان بگەیەنن!





دایک

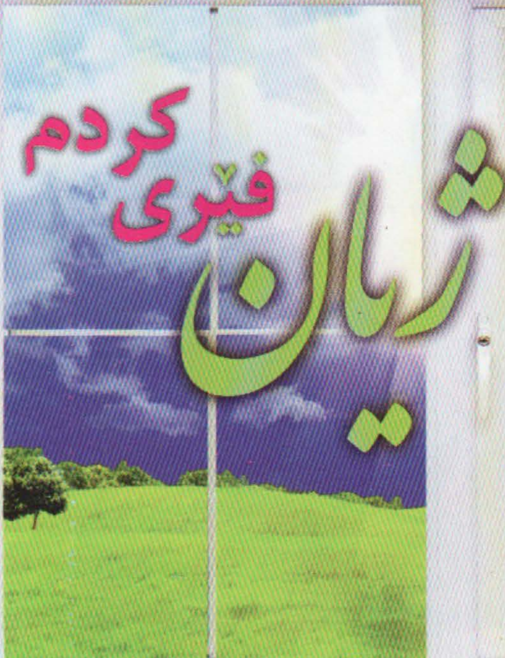


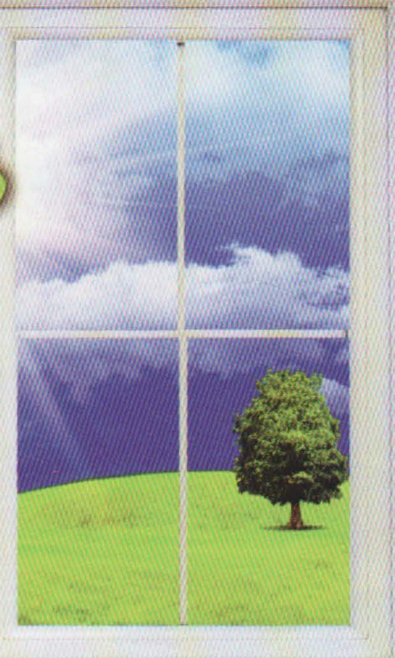
ع. ش. شێرکۆ

جوانی لە نیگای میهرەبانێکا
خۆر لە دوو لێوی پێکەنینێکا
ناسکی لە پەڕەی گوڵێکی سوورا
بەرزی لە باڵای نەونەمامێکا
تاڤگەی مانگەشەو تریفەی بەیان
گوڵزار لە دەشتی نەوبەهارێکا
هەموو ئەمانە ئاوێتە دەبن
لە باوشی گەرمونەرمی دایکێکا



ژیان فێری کردم





ژیان فێری کردم: دڵم بکەم بە شارێك، ماڵەکانی خۆشەویستی بێت و ڕێگەو شەقامەکانیشی لێبوردن!

ژیان فێری کردم: هەرگیز لە بەخشیندا چاوەڕوانی پاداشتو سوپاس نەبم!

ژیان فێری کردم: بۆئەوەی بتوانم لەگەڵ خەڵکیدا ڕاستگۆبم، پێویستە سەرەتا لەگەڵ خۆمدا ڕاستگۆ بم!

ژیان فێری کردم: هەرگیز لە کردنی کاری چاکەدا پەشیمان نەبمەوە!

ژیان فێری کردم: هیواو ئاواتەکانم بکەم بە گلۆپێك و بۆ هەموو شوێنێك هاوڕێم بن!

ژیان فێری کردم: ئەگەر دڕکێك چوو بە پێیەکانمدا، دلگران نەبم، چونکە دڕك لە هەر شوێنێك بێت، مانای ئەوەیە لە چواردەوریدا گوڵ هەیە!

ژیان فێری کردم: دنیا وەکو ئاو وایە، هەرچەندە لێی بخۆیتەوە، تینوێتیت زیاد دەکات!

ژیان فێری کردم: ستەم هەر چەندە تەمەنی زۆر بێت، بەڵام هەر کۆتایی دێت!

ژیان فێری کردم: گوێ بۆ بیروڕای هەموو کەس بگرمو ڕێز لە بۆچوونەکانیان بگرم، بەڵام مەرج نییە باوەڕم پێیان هەبێت!

ژیان فێری کردم: هەندێجار چاوەکانم ئەسرین هەڵبوەرێنن، چونکە گریان پشووی دەروونە، بە مەرجێك پێش ئەوەی دەوروبەر بتبینن، فرمێسکەکانت بسڕیت!

ژیان فێری کردم: با بە ئاماژەش بێت، هەرگیز خۆم لە شتێك هەڵنەقورتێنم، کە پەیوەندی بە منەوە نەبێت!

ژیان فێری کردم: من لە ناو گەورەیی ژیاندا بە وێنەی ژمارە (سفر)م، ئەوەی پێویستە لەسەرم ئەوەیە، کە ئایا لای ڕاستی ژمارەکان دەبم، کە پڕبایەخ دەبم و حسابم بۆ دەکرێ و دەخوێنرێمەوە، یاخود لای چەپی ژمارەکان دەبم، کە بێبایەخ دەبم و ناخوێنرێمەوە!

ژیان فێری کردم: ئەگەر تۆ سێوێکت پێبوو، منیش سێوێك، سێوەکانمان گۆڕییەوە، ئەوا هەر یەکێکمان هەر دەبینەوە بە خاوەنی سێوێك، بەڵام ئەگەر تۆ بیرۆکەیەکت پێبوو، منیش بیرۆکەیەك، بیرۆکەکانمان گۆڕییەوە، ئەوا هەریەکەمان دەبین بە خاوەنی دوو بیرۆکە!

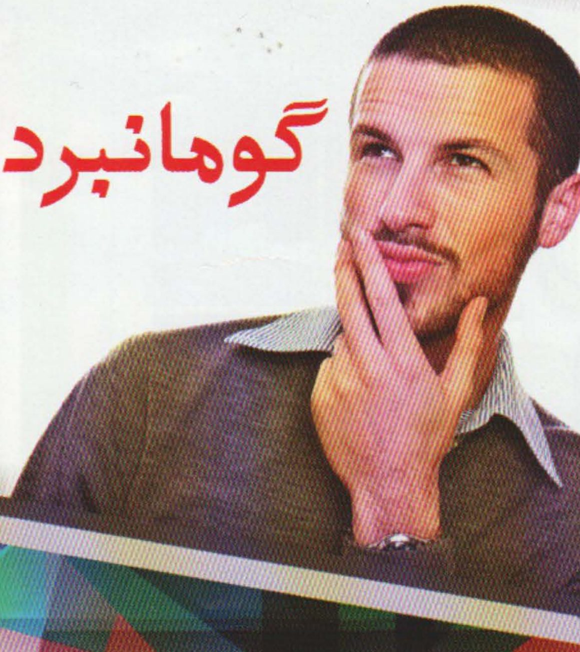
ژیان فێری کردم: لە پاییزدا گوڵ بڕوێنم، لە زستاندا لە سەرما بیپارێزم، لە هاویندا بە سۆزو خۆشەوسیتی ئاوی بدەم، بەڵام نابێت خەمباربم ئەگەر لە بەهاردا کەسێکی دی گوڵەکانی لێکردەوە، چونکە ڕێبازی ژیان وایە، کەسانێك دەیچێننو کەسانێکی دیکە دەیدوورنەوە!

ژیان فێری کردم: هەر کەس بۆ بەدەستهێنانی ڕەزامەندیی کەسانی دی خۆی بگۆڕێت، لە کۆتاییدا خۆی دەدۆڕێنێت!

ژیان فێری کردم: هەر کەس ڕێزی خۆی نەگرێت، نابێت چاوەڕێ بکات، خەڵکی ڕێزی بگرن!

بەشی یەکەم

گومانبردن



پەیمان غەمگین

گومان ئەو هێڵە ڕەشەیە، کە بەسەرچاوی حەزەکانمانەوە گیر دەخواتو دەمانخاتە نێو ئەو هەڵدێرەی، کە بۆ کەوتنە خوارەوەمان ئاهەنگ دەگێڕێت. لێرەوە دەتوانم بڵێم: پێناسەکەمان بۆ تێگەیشتن مانابەخشە، بەڵام سنورەکانی مانای وشەی گومان، لێرەوە داناخرێن، دەتوانین لە چەند سەرەباسێکی ترەوە بخزێینەوە نێو تەپۆڵکەکانی وردەکاریو درێژەی ماناڕێژیی گومان.

گومانت، لە هەر کەسێك هەیە کە هەستی هەبێت، واتا ئەگەر بێتو کەسێکی بێهەست لە دنیادا دروست بوو، ئەوا دەڵێین: دەستێك هەیە لە گومانەوە دوورە، هەمووومان لەوە تێدەگەین، کە کاریگەرییەکانی گومان چەندە خراپو زیانبەخشن، بەڵام لە هەمان کاتیشدا هەستمان ڕێگای ئەوە ناهێڵێتەوە، کە بیرکردنەوەکانمان بڕیار لەسەرئەوە بدەن، هەمیشە تووشی ئەو کۆسپە دەبینەوە، کە ڕۆژانە بەسەریدا سەردەکەوینو دووبارە گیرۆدەی دەبینەوە، وەك ئەوە وایە کە بەبێ (گومان) نەتوانین بژین.

ئەگەر سەیری کەسێك بکەین کە وتار دەدات، باسەکەشی لەسەرئەوەیە کە گومانەکانمان بڕەوێنێتەوە، بەڵام ئەگەر گومانەکان بەچاوی تەلەسکۆب ببینرانایە، پاشان سەیری ناخی ئەو کەسەمان کردبا بە تەلەسکۆب، دەمانبینی کە خۆی، یەکێکە لە گیرۆدەبووەکانی ئەو نەخۆشییە. ئێمە دەپرسین: ئایا بۆ هەمووومان ڕقمان لەوەیە گومانمان بەرامبەر دروست بێت، کەچی هەرخۆشمان خەریکی گومان بردنین بەوەی، که کەسانێك گومانیان لێمان هەبێت لەسەر هەرشتێك؟ ئایا ئەمە غەریزەیەکە لە هەستەوە، یان ئەوەتا لە بیرکردنەوەکانماندایە؟

ئەگەر پێت وایە غەریزەیەکە لە هەستەکانماندایە؟ ئەی بۆچی هەستی پێناکەیت کاتێك خۆت خەریکی گومان بردن دەبیت؟

ئەگەر دەشڵێیت: لە بیرکردنەوەماندایە، ئەی بۆچی وادەکەیت بیر لە شتێك بکەیتەوە، کە هیچ بنەمایەکی نییە؟

مەبەستی من لەو پرسیارانە دەرخستنی خودی گومانەکانە، بۆئەوەی بزانین هەڵەکەمان لە کوێدایە، تا بە لێکدانەوە بیسڕینەوە.

من قسە لەسەر ئەوە ناکەم، گومان بردن، نابێت هەبێت، یاخود بە پێچەوانەوە دەبێت هەبێت. نەخێر بەڵکو مەبەستمە بزانن گومان چییە، تا لە دواییدا لێهاتووانە گومانەکانتان دەرببڕن، هەمووومان بەشێکین لە گومان، کاتێك ڕاستییەکانمان پێچەوانەی دەردەخەن، ئەمیش بە هۆی نەبوونی ئینتیمایەکی تەواو بە لێهاتووییەکانت، ئەگەر هەرکامێکمان لێهاتوویی تەواومان هەبێت دەزانین کە گومانکردن لە کوێدا پێویستەو لە کوێدا ناپێویستە. نزیکە هەندێجار لە گومانەوە بگەین بە سەرەداوەکانی ڕاستی بوون، ئەمە هۆکارێکی پراکتیکی بوونە لە هزرمەندی، وا دەکات بەگڕوتینتر بیت بۆ لێکدانەوەکانت، بە جۆرێك دەتوانم بڵێم: گومان لە هەموو شوێنێکماندایە، بەڵام لە هەستەوە هەڵدەقوڵێت، هەموو ئەو بڕیارانەی هەست پێویستیان بە لێکدانەوە هەیە، واتا: ئەگەر گومانێك تەوژمی هێنایە بەر بڕیاردان، تۆ مەیخەرە سەر ڕووپەری بانگەواز، بەڵکو بیخەرە دواقاتەکانی لێکدانەوە، هەموو ئەو بەڵگە زیندووانە وەربگرە، کە ڕاستییەکان دەردەخەن. لەوێوە دەتوانیت بە بێ «گومان» بڕیارێك بدەیت، هەموو ئەو بڕیارانەی کە گومانیان تێدایە، من بە ناکامڵیان دادەنێم، دەرخەرو دەرکردەی ئەو بڕیارەش بە کەسێکی نالێهاتوو وەسف دەکەم. ئەمیش بە هۆی ئەوەی، لە لێکدانەوەدا، نەگەڕاوەتەوە سەر لێکدانەوەکانی دواقۆناغ، تا بگات بەوەی بڕیارێکی بێ گومانانە دەربکات، هەمووومان ئەو کێشەیەمان هەیە، چڕترە لای هەندێکمان بە بەراورد لەگەڵ هەندێکی ترماندا، سا بە پێی قۆناغەکانی، لێکدانەوەکان دەگۆڕێت. لە هەر پەیژێکی ڕووانین چەندین پلەی ڕێکخراو، بەڕیزبەندی لە نێو مێشك هەڵدەواسرێت. لە کاتێکدا چەندە نیگایەکە قوڵتر بێت، دابەشکردنەکانی نێو لێکدانەوەش قوڵتر

دەبێت، بەو هۆیەش چەندە لە کێشەیەك زیاتر وردبینەوە، زیاتر دەگەین بە ڕاستییەکانو ڕزگاربوون لە گومان، لەمەوە دەردەکەوێت: چەندە وردبین بین، هێندە ڕاستبێژ دەبین.

ئەمانە باسێکی سەرەتایی نین، لێکدانەوەی تازەش نین، تا هیچ حەپەسانێك بەخۆوە بگرێت، بگرە ساڵانێکی گەلێك زۆرە، کار لەسەر ئەوە دەکرێت، کە متمانە بخرێتە سەرووی لێکدانەوەوە. هەرچەندە کارێکی ناڕەواشە، بەڵام بەرادەیەکی زۆر چارەسەرێکی گونجاوە، بۆئەوەی گومانەکان، لە ناوەنجی لێکدانەوەکانیاندا بپچڕێن.

پیاوێك گومان لە هاوسەرەکەی دەکات، بەپێچەوانەشەوە ژنێك گومان لە هاوسەرەکەی دەکات، لێرە دوو تەوەرە هەیە: «یەکیان ئەوەیە پیاوەکە هیچ جێگای گومان نییە، واتا: بێخەوشە، ژنەکەش بە هەمان شێوە. لە تەوەرەی دووەم هەردووکیان جێگای گومانن».

ئایا چۆن وابکەین هەردوولا گومانیان لە یەك نەمێنێت؟

سێ خاڵی گرنگ هەیە بۆ هەردوو لا:

١- سەیرکردنی هەر باسێك پێویستی بە گشتگیری هەیە، بۆیە پێویستە بە گشتی باسەکە وەربگیرێت، لێکدانەوەی هەموو ئەو باسە بە سێ شێواز:

شێوازی یەکەم: لە ڕوانگەی متمانەوە بیربکەرەوە، بۆئەوەی گومانەکان هێندە چڕ نەکەیتەوە، ڕاستییەکان نەبینێت.

شێوازی دووەم: خۆت بخەرە نێو باسەکەوەو لە ویژدانەوە هەوڵبدە خۆت لێکی بدەیتەوە، تا ئەوەی بزانی چەندە بە متمانەیت بۆ ڕاستییەکان، چونکە زۆرێکمان هەڵەکانمان هی خۆمانە.

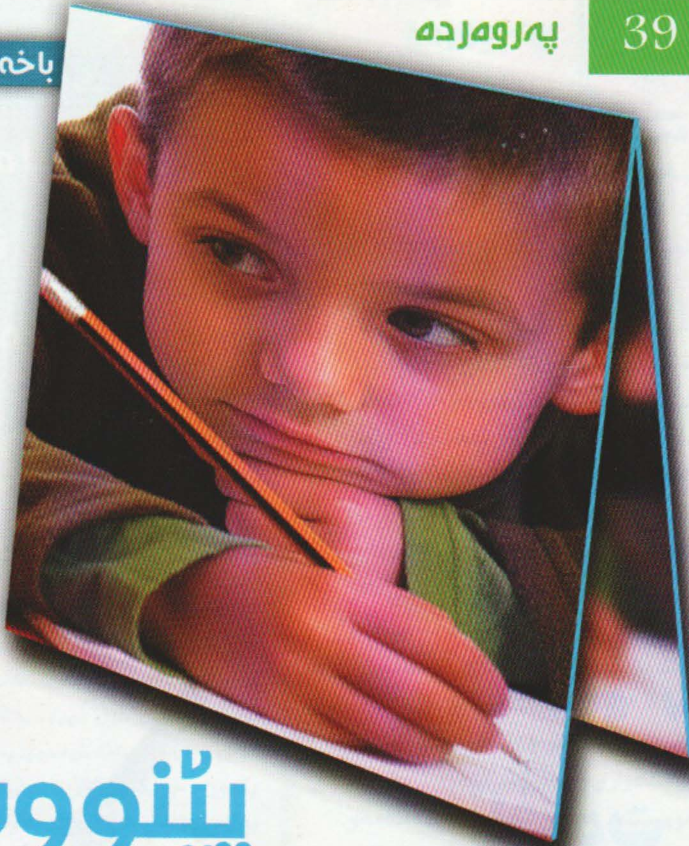
شێوازی سێیەم: لە سەرەتاوە تا دوا جرکەی باسەکە لێکبدەرەوە، بێئەوەی گریمانێکیش بەکاربهێنێت.

٢- دەربڕینی هەموو گومانەکانت بۆ بەرامبەر، تا گوێ لە وەڵامەکانی بگریت، ئاخۆ پاساون بۆ خۆی، یان پاساون بۆ پارێزگاری لە ڕاستییەکانی.

٣- هەوڵ بدە هێمن بیت، چونکە لە کاتی توڕەییدا، هیچ لێکدانەوەیەکی دروست لە بیرکردنەوەکانتەوە، دەستناکەوێت!

باسەکەمان هێشتا بەکۆتا نەگەیشتووە، بەڵام دەتوانم بڵێم بەشێکی مانادارمان هەڵڕشتووە، بەو هیوایەی بتوانین لە داهاتوودا تەواوی بکەین.

باخەوان مستەفا



پێنووس

منداڵێك سەیری بابەگەورەی خۆی دەکرد، کە سەرقاڵی نووسین بوو.

پرسیاری لێکردو گوتی: بابەگەورە سەبارەت بە خۆمان دەنووسیت؟ سەبارەت بە من دەنووسیت؟

بابەگەورە دەستی لە نووسینەکە هەڵگرتو بە زەردەخەنەیەکەوە بە کوڕەزاکەی گوت:

بەڵێ سەبارەت بە تۆ دەمنووسی، بەڵام گرنگتر لە نووسینەکانم، ئەو پێنووسەیە کە پێی دەنووسم، دەمەوێت کە گەورە بوویت، وەك ئەم پێنووسە وا بیت، منداڵەکە بە سەرسوڕمانەوە سەیرێکی پێنووسەکەی کردو گوتی: بەڵام ئەم پێنووسە، وەك هەموو پێنووسەکانی تر وایە؟

بابە گەورەی گوتی: کوڕم، گرنگ ئەوەیە چۆن سەیری بکەیت!

ئەم پێنووسە پێنج سیفەتی تێدایە، کە ئەگەر بتوانیت بە دەستیان بهێنیت، هەموو ژیانت بە خۆشیو کامەرانی دەبێت.

یەکەم: دەتوانیت کۆمەڵێك کاری باش بکەیت، بەڵام نابێت ئەوە لە بیر بکەیت کە دەستێك هەیە جووڵەکانی تۆ دیاری دەکات، کە ئەو دەستەش کەسێك نییە جگە لە (خودا)ی گەورە، کە هەردەم تۆ لەسەر ڕێگەی ڕاست دەجوڵێنێت.

دووەم: جارجارە دەبێت لەوەی دەینووسیت دەست هەڵبگریتو پەنا بەریت بۆ قەڵەمدادەر. ئەمەش دەبێت بە هۆی ئەوەی، پێنووس تۆزێك ئازارو ناڕەحەتی بکێشێت، بەڵام لە کۆتاییدا شێوەیەکی جوانو نوکێکی تیژ پەیدا دەکات.

کەواتە بزانە ئەو ناڕەحەتیو ئازارەی کە تۆ لە ژیاندا بەرگەی دەگریت، دەبێت بە هۆی ئەوەی کە تۆ مرۆڤێك بیت لە جاران باشتر.

سێیەم: هەموو کاتێك قەڵەم ڕێگە دەدات بۆ پاککردنەوەی هەڵەیەك، خەتکوژێن (لاستیك) بەکار بهێنین.

بزانە کە ڕاستکردنەوەی کارێکی هەڵە، خراپ نییە. لەڕاستیدا بۆئەوەی لە ڕێگەی ڕاست دەرنەچیت، پێویستو گرنگە.

چوارەم: دار، یان ڕەنگی دەرەوەی قەڵەم گرنگ نییە، بەڵکو گرنگ ئەو خەڵوزەیە، لە ناو دارەکەدایە

کەواتە هەردەم ئاگات لە دەروونی خۆت بێت، چونکە ئەوە دەروونە، کارەکان ئەنجام دەدات.

پێنجەم: قەڵەم هەموو کاتێك لە پاش خۆی شوێنەوارێك بە جێدەهێڵێت، کە دیارو ئاشکرایە

تۆ بزانە کە هەر ئیشو کارێك، لە ژیاندا دەیکەیت، شوێنەوارەکەی لە دوای خۆت دەمێنێتەوە. کەواتە: لەو کارانەی ئەنجامی دەدەیت بە ئاگاو وریابە، بزانە چی دەکەیت.

ئ: بەرزان ئەبوبەکر

ئەو سیفەتانەی ئافرەت حەز دەکات لە هاوسەرەکەیدا هەبن

بـە گشـتی ئافرەتـان حـەز دەکـەن هاوسەرەکانیان ئەم سیفەتانەیان تێدا بێت:

١- شارەزایی لە سروشتی ئافرەتدا:

ئـەم خاڵە ئەو کۆڵەکەیەیە، کە ژیانی هاوسەرگیری لەسەر بنیات دەنرێت، هەروەها شارەزایی زۆرو قووڵ بە سروشتی ئافرەت، وا لـە پیاو دەکات، لـە کارو کاردانەوەیدا، هەمیشە خۆڕسکانە دڵخۆشی بکاتو هەست بکات کە خۆشەویستی هاوسـەرەکەیەتی. وشـەگەلێکی پڕخۆشەویستیی ڕاستگۆیانە لە ناخی دڵەوە دەردەچن، ئافرەت حەز بە هاوسەرێك دەکات کە بە سروشتی شارەزایە، چونکـە لێی تێـدەگات، هەرگیـز ناچاری ناکات بە شکاندنو بریندارکردنی هەستو نەستی، دەزانێت کە ئافرەت خاوەن سۆزە، هەرگیز سۆزی ناشکێنێت، ژیرانە مامەڵەی لەگەڵـدا دەکات، هەر بە ژیریو لێهاتوویی وای لێـدەکات فەرمانەکانـی جێبەجـێ بکات. لە ڕێگەی سـۆزو خۆشەویستییەوە، مامەڵەی لەگەڵدا دەکات، ئەمەش وادەکات کـە زۆرجار ناکۆکـیو بیروڕاجیاوازەکانی لەگەڵ هاوسەرەکەی وەلا بنێت.

٢- دینـدار: ئافـرەت حـەز دەکات هاوسـەرەکەی دیندار بێت، چونکە پیاوی خاوەن دین، کەسێکی باوەڕپێکراوو جێگەی متمانـەی هاوسـەرو منداڵەکانییەتـی، دیندار هاوسـەرەکەی خۆشدەوێتو ڕێزی لێدەگرێت، خۆئەگەر بە هۆی ناکۆکییەکانی نێوانیانەوە خۆشی نەویست، ئەوا هەرگیز ستەمی لێناکات، چونکە دین زوڵمو ستەمی قەدەغەکـردووە، هەروەها دین پارێزگاری لـە مـرۆڤ دەکات لە کەوتنە نـاو تاوانە لەناوبەرەکانـەوە، کـە ئافـرەتو هەموو خـاوەن ژیرییەك ڕقـی لـەو تاوانانەیە، چونکە دەبێـت بە هۆی نەمانی پیاوەتیو غیرەت لـە مرۆڤدا، هەروەهـا دەبێت بە هۆی هەڵوەشـانەوەی خێزانـەکان. وەك: ئالوودەبوون بە مادده هۆشبەرەکانو مەی خواردنەوەو خراپەکاریو کاری بێئابڕوویی، دیـن بە ویسـتی خودا مـرۆڤ لە هەموو ئەم کارە ناپەسەندانە دەپارێزێت، لەسەرو ئەوەشـەوە هێزو ئەمانەتو پارێزکاری بە مرۆڤ دەبەخەشێت.

٣- کەسـایەتییەکی بەهێـز: ئافرەت حـەز دەکات هاوسـەرەکەی خاوەنـی کەسـایەتییەکی بەهێـز بێـت، چونکـە گـەر خاوەنـی کەسـایەتییەکی بەهێـز بـوو، دەتوانێـت دوای خـوای گـەورە پشـتی پێ ببەسـتێت، چونکە شـایەنی بەرپرسـیارێتییە. هاوسـەرگیری واتـە: پێکەوەژیانو بەسـەربردنی ڕۆژگارەکانی تەمـەن بـە شـیرینیو تاڵییەکانییەوە، بە شـەوگارە سـپیو ڕەشـەکانییەوە، بە دووچاربوون بە ڕووداوە کتوپڕو تووشبوون بە ناڕەحەتیو هەلگرتنی بەرپرسیارێتی پەروەدەکردنـی منـداڵو بەڕێوەبردنـی ماڵـەوە، هەمـوو ئەمانە پێویسـتیان بە کەسـایەتییەکی بەهێـزو بەتوانا هەیە، لەسـەروو هەموو ئەمانەشـەوە، ئافرەت بە سروشتی خۆی مێینەیەو حەز دەکات هاوسەرەکەی سروشتی پیاوانەی هەبێت، کـە بوونی هێزو توانـاو کەمێك زبرییە. ئەو کەسـایەتییە بەهێزەی کـە ئافرەت حـەز دەکات لە هاوسـەرەکەیدا هەبێت، بریتی نییە لەوەی کە هاوسەرەکەی زەوی بێتو ئەم بەسـەریدا بڕوات، زاڵبوونێکی دیکتاتۆرانـە نییـە، بەڵکو کەسـایەتیی بەهێزی پیاو، توانای ڕووبەڕووبوونەوەیە بەرامبەر ئاستەنگو تەنگو چەڵەمەکانی ژیـان، تەیکـردنو لەتکردنـی ڕێگـەی ئایندەیـە، چەسـپاندنو مامەڵەکردنـی دادوەرانەیە، لە هەمان کاتیشدا کەسایەتیی بەهێز، توانابوونە بەسـەر خۆشەویستیو نەرمونیانـیو سـۆزو خۆشەویسـتی لە شوێنی تایبەتی خۆیدا.

٤- بەخشندەیی: ئافرەت، پیاوی بەخشندەی خۆشدەوێت، ڕقی لە پیاوی ڕەزیلو چروکە، چونکە بەخشندە بەخشندەیە لەگەڵیداو بەخشندەیی بەڵگەیە لەسەر خۆشەویستی، هەروەها ژیانو گوزەران لەگەڵ کەسی بەخشندەدا دەتوانێت چێژ لە بەهرەکانی ژیان ببینێت، لە جوانیو ڕازاندنەوەو خشڵو گوزەران بە شێوەیەکی زۆر ناوازە، بەڵام ڕژدو چروك، ڕەزیلو چروکە بۆ کەسوکارو خێزان و منداڵەکانی.

٥- ئازایەتی: ئافرەت پیاوی ئازای خۆشدەوێت، ڕقی لە پیاوی ترسنۆکە، چونکە ئازایەتی، واتە: بوونی هێزو تواناو پارێزگاریکردنو پشتپێبەستن.

٦- پاکوخاوێنیو شیکپۆشیو جوانی: جوانیو پاکوخاوێنیو پۆشاکی جوانی پیاو، جادووی ئافرەتە، ئەم سیفەتانە وا لە ئافرەت دەکات ڕێز لە هاوسەرەکەی بگرێتو هەست بەوەدەکات کە هاوسەرەکەی خاوەن زەوقی جوانو سیفاتو ئاکاری نایابە، بە پێچەوانەوە ئافرەت ڕقی لە کەسی پیسوپۆخڵو پۆشاکی نارێکو... هتد، پاکوخاوێنیش بەشێکە لە باوەڕ.

٧- هێمنی و لەسەرخۆیی و سەنگینی: ئافرەت حەز دەکات هاوسەرەکەی کەسێکی هێمنو سەنگینو بە ئارامو لەسەرخۆ بێت، لەگەڵ هەموو کەسدا سەنگینو قورس بێت، هەروەها حەزدەکات هاوسەرەکەی هیچ شتێکی لێ نەشارێتەوەو هەموو نهێنییەکی بۆ باس بکات.

٨- لاو: کێ هەیە کەسی لاوو گەنجی خۆش نەوێت؟ هەروەکو چۆن پیاو حەز بە ئافرەتی بەتەمەن ناکات، ئافرەتیش حەزناکات هاوسەرەکەی پیرو بەساڵاچوو بێت، هەرچەندە دەبینین هەندێك لە کچان هاوسەرگیری لەگەڵ پیاوی بەساڵاچوودا دەکەن، کە زۆرجار لە تەمەنی باوکیاندایە، بێگومان هۆکاری ئەمەش بە زۆری بۆ بەدەستهێنانی سەروەتو سامانو خشڵو زێڕە، ڕەنگە هەندێجاریش بە ناچاری بێت.

٩- دڵخۆشیو شادمانیو ڕووخۆشی: برواناکەم کەسێك هەبێت حەز بە چارەی کەسێك بکات کە هەمیشە سەروچاوی داوە بە یەکداو ڕووگرژو مۆنو تاڵ بێت، هەمووان حەز بە ڕووخساری زەردەخەناویو ڕووخۆشو دڵخۆشو دەم بە پێکەنین دەکەین. ئافرەتیش حەز دەکات هاوسەرەکەی لێوبەخەندەو ڕووخۆش بێت، چونکە ئەو زەردەخەنەیە لە ناوەڕۆکدا واتە: هەستکردن بە ڕەزامەندیو دڵخۆشیو بەختەوەری، ئەمەش وا لە ئافرەت دەکات، هەست بە دڵخۆشیو بەختەوەریو خۆشەویستی هاوسەرەکەی بکات.

١٠- ئیرەیی بردن:

ئافرەت ڕقی لە پیاوی گوماناوییە، هەمیشە لە دڵی خۆیدا توانج لەو کەسە دەگرێت، کە لە هەڵسوکەوتو ئاکارەکانی بەگومانە، لە کاتێکدا ئەو کەسێکی پاکو بێگوناهە، بەڵام حەز دەکات هاوسەرەکەی ئیرەیی لێ بکات، چونکە ئیرەیی بردن بەڵگەیە لەسەر خۆشەویستیو بەرێزدانانو گرنگی پێدان، بەڵام بەو مەرجەی ئەو ئیرەیی بردنە لە سنور دەرنەچێتو نەگۆڕێت بۆ کۆتو بەندکردنو ترساندنی.

١١- لەبەرخاتری خۆی خۆشی بوێت:

ئافرەت هەرچەندە نەزانو نەخوێندەوارو نارۆشنبیر بێت، خۆشەویستی خاوەنی هەستی شەشەمەو بە ئاسانی دەتوانێت جیای بکاتەوە. واتە: دەزانێت هاوسەرەکەی لەبەرچی خۆشی دەوێت، لەبەر مووچەکەی، یان لەبەر کەسوکاری، یاخود لەبەرخۆی خۆشی دەوێت، یا هەر شتێکی دیکە.

هەموو ئافرەتێك لەم ژیانەدا حەزدەکات هاوسەرەکەی لەبەرخاتری خۆی خۆشی بووێت، ئەمەش لای ئافرەت خاڵی گرنگو جەوهەرییە، چونکە پیاو ئەگەر هاوسەرەکەی خۆش ویست، ئاواتەخوازە ئەویش خۆشی بووێت. لەم بارەدا ئافرەتەکە دەتوانێت هاوسەرەکەی بەختەوەر بکات، چونکە هەست دەکات کە خۆشی دەوێت، تەنانەت ئەگەر ئەویش هاوسەرەکەی خۆش نەویست.

ئافرەت زۆر هەست بە ئازار دەکات لەگەڵ کەسێکدا کە خۆشی دەوێت، بەڵام ئەو خۆشی ناوێت، بەڵام خۆشحاڵە بەو هاوسەرەی کە لەبەرخاتری خۆی خۆشی دەوێت، ئەگەر خۆشیشی نەوێت، ڕقی لێی نەبێت، بەڵام بەشێوەیەکی گشتی خۆشەویستی ڕاستەقینە بۆ ئافرەت وا دەکات کە ئافرەتیش هاوسەرەکەی خۆشبووێت.

١٢- وەفاداری: وەفاداری گرنگترینو باشترینو چاکترین سیفەتە، کە ئافرەت حەزی لێدەکات لە هاوسەرەکەیدا بوونی هەبێت، لەبەرئەوەی هەست دەکات -بە مانای وشە- بە شێوەیەکی مرۆڤدۆستانە لەم ژیانەدا ژیان دەگوزەرێنێت، هەست دەکات لەگەڵ کەسێکدا ژیان دەباتە سەر، کە هەرگیز چاکەکانی لە یاد ناکات..

خوێندن ئامانجە، نەك ئەنجام!

هێمن ئالانی

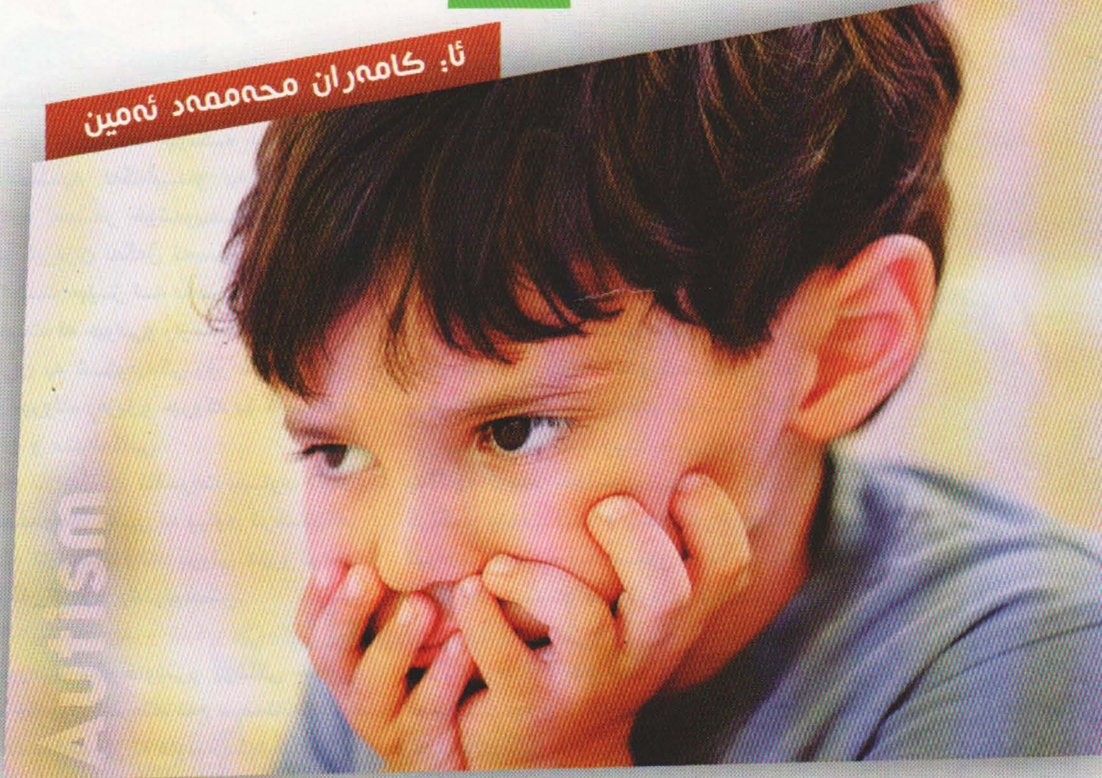
ئەگەر سەیری یاری تۆپی پێ بکەین، کاتێك لە یاریگادا یاریزانانی تیمێك هەوڵ دەدەن گۆڵ تۆماربکەن، تەنها مەبەستیان تۆمارکردنی گۆڵ نییە، بەڵکو دەیانەوێت دوای (٩٠)خولەك توانییەتیان بە گۆڵ پێش بکەون، چونکە گۆڵ تۆمارکردن ئامانجە، بەڵام ئەنجام دوا فیکەی داوەر دەریدەخات!

فێرخوازیش کاتێك خوێندنی بنەڕەتیو ئامادەییو زانکۆ، یان پەیمانگا تەواو دەکات، دەیەوێت بگاتە ئەنجام، کە لای زۆربەمان دامەزراندنە لە فەرمانگەیەکدا، کە ئەمەش خۆی ئامانجە، نەك ئەنجام، چونکە هەریەك لەو قۆناغانەی خوێندن کە باسمان کردو دامەزراندنیش وێستگەی لاوەکیو شەمەندەفەری ژیان گوزەر دەکات بە لایداو ناکرێت تێیدا بووەستین!

ئەگەر لەشوێنی کارەکەتدا (بەوەفا، دڵسۆز، دەستپاك)بیت، کە ئەمانە سیفاتی مرۆڤدۆستانەو نیشتیمانییانەو ئیسلامیانەیە، ئەو کاتە بە ئەنجام گەیشتویت، بەڵام ئەگەر هەریەك لەو سیفاتانەت لە دەست دا، ئەوا بزانە لە یاریگای ژیاندا گۆڵت تۆمارکردووە، بەڵام گۆڵی زیاترت لێ تۆمارکراوەو وەك ئەو یاریزانانەی نازناوەکەیان لە دەست داوە، شایەنی ئەوەیە خەمی بخۆیتو بڕیاری ئەوە بدەیت بگەڕێیتەوە گۆڕەپانەکەو ئەنجامی باشتر بەدەست بهێنین!

ئەوەش بزانە کە هەرگیز ئەنجامەکەت بە کۆتایی ناگات، چونکە دەبێت هەمیشە لە شوێنی کارەکەتدا، (بەوەفا، دڵسۆز، دەستپاك) بیت، ئەو کاتە ژیانت لە گەشتی خۆشیو شادیدا، بەردەوام دەبێتو تۆش دەبیت بە گەشتیارێکی دڵخۆشو ئاسودەو دیمەنە جوانەکانی گەشتەکەت بە ئاسودەیی دەبینیت، بزانە بۆ ئەوەی لە گەشتەکەتدا بەردەوام بیت، دەبێت بەردەوام پێداویستییەکانت پێ بێت، کە (وەفا، دڵسۆزی، دەستپاکی)یە، هەروەك وتراوە (ئەگەر دەتەوێت ڕووناکی چراکەت بەردەوام بێت، دەبێت بەردەوام نەوتی تێبکەیت)!

ئا: کامەران محەممەد ئەمین



منداڵ و ئۆتیزم

*ئۆتیزم (Autism) لە بنەڕەتدا وشەیەکی یۆنانییە، بە نەخۆشییەکی دەروونیو بارێکی دەروونی هەژمار دەکرێت، کاریگەری بەسەر تواناکانی منداڵەوە هەیەو لە سێ ساڵی سەرەتای تەمەنی منداڵیدا دەردەکەوێتو سەرهەڵدەدات. زۆرجار پزیشکم دەروونییەکان ئەم بارە دەگەڕێننەوە بۆ فرمانەکانی خانەی مێشکو دەمار، هەربۆیەش ئۆتیزم بە گرفتێکی دەماری دادەنرێت. ئۆتیزم گرفتێکی شەبەنگی، یان چەپکەییە، ئەم نەخۆشییە بە بەربڵاوترین نەخۆشی دادەنرێت لە جیهانداو لە دوای (بیرکۆڵیو ئیفلیجی)وە، بە سێیەم هۆکاری پەککەوتەیی دێت. لە هەر (١٥٠) منداڵ، منداڵێك بەشێوەیەك لە شێوەکان دەکەوێتە ناو خانەی ئۆتیزمەوە. ئەمەش ڕاستەوخۆ پەیوەندی بە فرمانەکانی (گەشەکردنو دەروونو مێشکو دەمار)ەوە هەیە، کاتێك ئەم فرمانانە بەرەو تێکچوون دەچن. ئەو کاتە دەگونجێت بڵێین: لایەنی بایەلۆجیو فسیۆلۆجی لە مێشکی ئەومنداڵانەدا بە تەواوی دروست نەبووە.

*** بۆچوونی پزیشك و توێژەرە دەروونییەکان لەسەر ئۆتیزم:**

لەگەڵ ئەوەی ١٠٠٪ هۆکارەکانی ئەم نەخۆشییە نەزانراوە، کۆمەڵی دەروونی لە وڵاتە پێشکەوتووەکانی ئەمریکاو ئەوروپا، دەڵێن: لە سەرەتای ساڵانی سییەکانەوە ئەم نەخۆشییە بەدی کراوە. لەم پێناوەشدا داهاتو پارەیەکی زۆر خەرج دەکەن، لە پێناوی دۆزینەوەی نەخۆشی ئۆتیزمو بە دوای سەرەکیترین هۆکاری ئەم نەخۆشییەدا دەگەڕێن. زۆرێك لە پزیشکانی ئەو بوارە هۆکارەکەی بۆ بۆهێل (جین)ی منداڵ دەگەڕێننەوە، کاتێك ئەم منداڵە لە زکماکییەوە کە لە دایك دەبێت، یاخود ئەگەر باوانو وەچە، نەخۆشی دەروونیان هەبێت، منداڵەکانیان ئەگەری توشبوونیان زیاترە. هەندێکی تریان دەڵێن: هۆکارەکانی دەوروبەرو ژینگە، دەبن بە هۆی سەرهەڵدانی ئۆتیزم. زۆرێکیش لە کۆمەڵە پزیشك و توێژەرە دەروونییەکان، بۆ سەرهەڵدانی، زکماکیو دایكو باوك بە هۆکار نازانن. پەیوەندی ساردی دایك لەگەڵ منداڵەکەیداو شێوازی پەروەردەکرن، هیچ پەیوەندییەکی بە ئۆتیزمەوە نییە، بەڵکو جیاوازی بایەلۆجیو ژینگەیی دەروونی منداڵو ئەو کەسانەی تووشی کێشەی تەندروستی دەبنەوە. هەندێکی تریان بەکارهێنانی داوو دەرمانی لە ڕادە بەدەر لە کاتی سکپڕی دایکداو هەوکردنی ڤایرۆسەکانو ئاستی وەرگرەکانی مێشك بە هۆکار دەزانن، پاش تەمەنی (٢-٣) ساڵی نیشانەکانی ئۆتیزمی لێ بە دیار دەکەوێت. تا ئێستا لە ڕووی چاودێری تۆژینەوەوە، هیچ پشکنینو تاقیگەیەك بۆ ئەم بارە نییە، چەند پرۆگرامێك نەبێت کە پزیشکان پشتی پێدەبەستنو لە چۆنییەتی نیشانەکانیدا، کۆمەڵی پزیشکان هەوڵی لەسەر دەدەن، کەواتە با لێرەوە ئاماژە بە نیشانەکانی ئەم نەخۆشییە دەروونییە بکەین:

*** نیشانەکانی ئۆتیزم:**

١. ئۆتیزم وا لە منداڵ دەکات بە زەحمەت کۆنترۆڵی جەستەو ئەقڵی بکات، بە بێ مەبەستی دووبارەکردنەوە، دەستو قاچی بە شێوەی چەندجار جوڵە بۆ شتەکان، دەجوڵێت.

٢. ئۆتیزم لە کاتی لە دایکبوون، یان لەدوای لە دایکبوون سەر هەڵدەدات.

٣. لە ڕووی ئاخاوتنو قسەکردنەوە پچڕ پچڕ قسە دەکات، منداڵێکی زۆر سستەو توانای ئاخاوتنو قسەکردنی بۆ دەوروبەر کەمە، ناتوانێت وەکو پێویست فێری قسە ببێت، هەندێکیان بە هیچ شێوەیەك قسە ناکەن.

٤. بەبێ هۆ بەقاقا پێ دەکەنێت و بەکوڵیش دەگری .

٥. کەمی ئارەزوو بۆ چالاکییەکان، ئەستەمە بتوانێت خواستو ئارەزووەکانی بۆ بەرامبەرەکەی دەرببڕێت.

٦. پەیوەندی کۆمەڵایەتییان لاوازەو تێکەڵاوی خەڵك نابن. ڕازی نەبوون بە یاریکردن لەگەڵ خێزانو منداڵانی تردا. گرفت لە پەیوەندیکردن لەگەڵ کەسانی تردا دروست دەکات، گوێ ناداتە دەوروبەرو زیاتر حەزی بە گۆشەگیرییە.

٧. حەزناکات لە باوەش بگیرێت، بە هیچ جۆرێك لە هەستو سۆزی دەوروبەر تێناگات.

٨. سەری خۆی بە دیوارو ئەملاو ئەولادا دەداتو دەستی بەزەویدا دەکێشێت.

٩. ئاستی زیرەکیان لە منداڵانی تر کەمترە بە ڕێژەی لە ٥٠٪.

١٠. ترسان لە هەندێ دەنگ، وەکو دەنگی ئاژەڵو دەنگی فڕۆکە، نەترسانو ڕاکردن بەسەر شەقامە گشتییەکانداو کاتێ ئۆتۆمبێل لەسەر هێڵی خۆی دەڕوات.

١١. جووڵەجووڵ لەسەر کورسیو مێزو (واق وڕمان)و ئۆقرە نەگرتن بەبێ هۆکار، سەیری بەرامبەریان ناکەن کاتێك قسەیان بۆ دەکەن، تەرکیزیان بەو جۆرە نییە.

١٢. کاردانەوەیان بۆ خۆشیو ناخۆشییەکانی ژیان نییە، گونجانیان لەگەڵ کەسانی تردا زەحمەتە.

١٣. هەست نەکردن بە گەرماو سەرماو گرفتی سستی بەرگریی لەش.

١٤. پێداگرتن لەسەر شتەکان، داواکارییەکانو سووربوون لەسەر هەمان ڕۆتین، بایەخ بە دەنگ نادات، وەك هاوار بە مەبەستی دەربڕین.

١٥. بە گوتەی زۆرێك لەپزیشکان، وەچەو زگماکیش بۆ تووشبوون بەم نەخۆشییە ڕۆڵی هەیە.

١٦. دواکەوتنی هەستی بۆنکردنو تامکردن لە خواردندا.

*** لە کوردستاندا ئۆتیزم بوونی هەیە لای منداڵ:**

بێگومان کوردستانیش، وەکو هەرشوێنێکی تری ئەم جیهانە، لەم نەخۆشییە بەدەرنییە، ئەگەرچی ئەم بارە لە پارێزگاکانی هەولێرو سلێمانیو دهۆكو کەرکوكو قەزاو ناحییەکاندا، بوونیان هەیە، بەڵام خۆشبەختانە نەگەیشتوونەتە ئاستی وڵاتان، سەنتەرو ڕێکخراوو پڕۆژەکان لە هەوڵی ئەوەدان تا لە دەرەوەی وڵات دەورە ببینن، زۆرێك لەم ستافە خزمەتگوزارییە لە هەوڵی بەردەوامدابوون، بۆ نموونە کەسێکی مرۆڤ دۆستی وەکو (ئانناو واکتمایستەر) لە ڕێی جۆراوجۆرەوە، هەوڵی بەردەوامیان داوە، چەندان مەڵبەندی جۆراو جۆر تایبەت بەم نەخۆشییە کراوەتەوەو لە هەوڵی بەردەوامدان.

*** خاوەن ئۆتیزمەکان ئاستی زیرەکیان چۆنە:**

بیرمان نەچێت ناکرێت هەموو کەسە ئۆتیزمەکان لە سفر بدەین، چونکە هەموو شتەکان ڕێژەیین. کەواتە: لە ئۆتیزمیشدا ڕێژەیی هەیە، هەندێ ئۆتیزم دەگاتە ڕادەی بیرکۆڵیو هەندێکیان تواناکانی عەقڵیان سروشتییە، یان لە سروشتەوە هەندێکی تریشیان بلیمەتن، هەندێکیان لە پۆلدا دەخوێنن قۆناغی بنەڕەتی تا خوێندنی باڵا بڕوانامە بە دەستدەهێنن، بەشداری دەکەن و لە وۆرکشۆپو سیمینارو کۆنفرانسەکاندا قسەدەکەن، ڕەخنە دەگرن، ئەوانەی لە تەمەنێکی گەورەدا خەریکی ئیشوکارو ماڵ بەڕێوەبردنن، لەگەڵ ئەوەی نەبوونەتە خاوەنی هیچ پۆستێك، هیچ بەرپرسیاریەتییەکیان پێ نەسپێردراوە، لە هیچ داموو دەزگایەکدا ڕۆڵی سەرەکییان پێنەبەخشراوە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا ئۆتیزم نەخۆشییەکی بەردەوامە تا کۆتایی ژیان، بەڵام دەتوانرێت کەم بکرێتەوە.

*** چارەسەری ئۆتیزم:**

وەك لەپێشووتردا ئاماژەمان بۆکرد، لە نیشانەکاندا چارەسەری ئۆتیزم بە تەواوی تا ئێستا نەزانراوە، بەڵام بە هۆی توێژینەوەکانی نیشانەکانەوە هەر یەك بە جیاواز، چارەسەری بۆ دەدۆزرێتەوە. پەروەردەی گونجاو، ئەنجامی باشی لێدەکەوێتەوە، لەم خاڵانەدا چارەسەر بۆ بەشێك لە ئۆتیزم دەدۆزرێتەوە:

١. پێویستە ئەو منداڵانەی کە ئۆتیزمیان هەیە، لە تەمەنی (٣) ساڵیدا لە قوتابخانەی تایبەت بە نەخۆشی ئۆتیزم وەربگیرێنو ڕابهێنرێن، دواتر لە (٦) ساڵیدا، بخرێنە قوتابخانەیەکی تری هەمان نەخۆشی.

٢. پێویستە منداڵی ئۆتیزم لە لایەن پزیشکی (دەروونناسی)، (دەمارەکان)ی (منداڵان) ببینرێنو نەخۆشییەکەی دەستنیشان بکرێت. تا بتوانرێت ژیانی لەگەڵ خێزاندا ئاسایی بکرێتەوەو هەڵسووکەوتی لەگەڵ خەڵکدا باش بێت، گەشەی دەروونیو کۆمەڵایەتی فراوانتر بکرێت.

٣. دەبێت هەوڵی لەگەڵدا بدرێتو فێر بکرێت کە گوێ لە شت بگرێتو دابنیشێتو مەشقی پێبکرێت، پەیوەندی لەگەڵ خەڵكو کەسانی تردا واڵابێت، تێکەڵاوی منداڵی ئاسایی هاوتەمەنی خۆی بکرێتو بۆ سەرپەرشتیکردن بخرێنە ژێر چاودێری منداڵانی تری هەمان تەمەنەوە.

٤. توێژەران پێیان وایە ئەگەر زوو دەست بە ڕێنمایی بکرێت، ئەنجامی باشی دەبێت.

٥. هاندانو دەستخۆشی لە منداڵ، چاودێریو ئاگالێبوونی بەردەوام، یارمەتی خێزانەکانیان بدرێت لە ڕووی دانانی ڕێنماییو هەڵسوکەوت لەگەڵ منداڵەکانیاندا.

٦. مامۆستایان سەنتەرو خاوەن پڕۆژەکان، یارمەتی ئەو منداڵانە بدەن، لە ڕووی دەروونییەوە، بە هەموو تواناکانیانەوە، دڵسۆزانە چاودێرییان بکەن.

٧. بیرمان نەچێت هەندێك کاردانەوەی باشیان دەبێت لە ڕووی زمانو کارامەیی لایەنی کۆمەڵایەتی، هەندێکیشیان بە بێ هۆکاری ڕوون، کاردانەوەی باشیان نابێت بۆ چارەسەرکردن.

٨. ڕەفتاری دایكو باوك، زۆر گرنگە لەگەڵ ئەو منداڵانەدا، دەتوانن لەگەڵ پزیشکانی توێژەری دەروونیو کۆمەڵایەتیدا دانیشتن بکەن.

٩. دەزگاو کەناڵەکانی ڕاگەیاندن دەتوانن ڕۆڵ ببینن بە بینراوو بیستراوەوە لە هۆشیارکردنەوەدا، کەواتە تێگەیشتن کە داودەرمان، ڕێگای فێرکاریی بنیادنان، چارەسەری پیشەیی، ئاخاوتن و باشترکردنی ڕەفتار.. باشترین چارەسەرەو پردێکە لە لایەن باوكو دایك، خێزان، دەوروبەر، مامۆستا، قوتابخانە، پزیشك و توێژەران.

لە کۆتاییدا بە هیوای تەندروستییەکی باشترو ژیانێکی خۆشو بەختەوەرو کامەران بۆ خاوەن ئۆتیزمەکانو شوێنی تایبەت بۆ حەوانەوەو خواردنو ژیانیانو سەرجەم پێداویستییەکانیان بۆ دابین بکرێت.

هێشتا هاوسەرگیریم نەکردووە

لە ناکاو خۆشییەکان گۆڕان بۆ ناخۆشی!



و: فیردەوس حەسەن

تازە بڕوانامەی زانکۆم وەرگرتبوو، زۆر گەشبین بووم بۆ گەیشتن بە ئاواتەکانم. شەوێك بەم بۆنەیەوە ئاهەنگێکی خنجیلانەمان لە ماڵی خۆماندا ساز کرد، لەو شەوەدا کوڕە خاڵی زاواکەمان چاوی بە من کەوتبوو. لاوێکی باش‌و لێهاتوو دەهاتە بەرچاو، چوار ساڵ لە من گەورەتر بوو، پیشەیەکی باشی هەبوو، بەهرۆزی زاوامان دەیگوت: میهرداد گەنجێکی لێهاتووەو ئایندەیەکی پرشنگداری دەبێت، ئەو کوڕی گەورەی خاڵمەو بەم زووانەش دەبێت بە بەڕێوەبەری کۆمپانیاکەی باوکی. هەموو ئەو شتانەی تێدا بەدی دەکرا کە من دەمویست لە هاوسەری ئایندەمدا بوونی هەبێت.

ماوەیەکی بەسەردا تێپەڕی، لەو ماوەیەدا وەڵامی نەخێرم بە دوو خوازبێنیکارم دا، ڕۆژێك زاواکەمان بانگی کردمو پێی گوتم: چەند ڕۆژێك لەمەوبەر میهرداد هاتە لامو قسەی لەگەڵدا کردمو گوتی: کە دەیەوێت تۆ وەك هاوسەری ئایندەی هەڵبژێرێت، بۆ ئەم مەبەستە حەزدەکات بۆچوونی تۆش، لەو بارەیەوە بزانێت؟ بە بیستنی ئەم هەواڵە زۆر خۆشحاڵبووم، بەڵام پێم گوت: دەبێت بیری لێ بکەمەوە، تۆ لێی دڵنیاییت؟

بەهرۆز زەردەخەنەیەکی کردو گوتی: لە چاوەکانم زیاتر لێی دڵنیام، بە بۆچوونی من میهرداد دەتوانێت تۆ خۆشبەخت بکات، زۆر دڵم خۆشبوو، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا گوتم: دەبێت باش بیری لێ بکەمەوە.

دوای چەند ڕۆژێك لە ڕێگای خوشکەکەمەوە بە بەهرۆزم ڕاگەیاند، کە ئامادەم هاوسەرگیری لەگەڵ میهرداد بکەم، دایکی میهرداد تەلەفۆنی بۆ دایکم کردو ڕۆژی خوازبێنیان دیاری کردو لەو دانیشتنەدا کە هەردوو خێزانەکە ئامادە بوون، ئەوان بە فەرمی خوازبێنی منیان کردو منو میهرداد چەند ڕاوبۆچوونمان گۆڕییەوە. دیاربوو کەسێکی ڕۆشنبیرو تێگەیشتووبوو. دوای ماوەیەك ڕۆژی مارەبڕینەکە دیاری کرا، من زۆر خۆشحاڵ بوومو خانەوادەکەشم هەروەها. میهرداد دەیگوت: منو خانەوادەکەم سوپاسی خوا دەکەین کە تۆی کردووە بە نسیبی ئێمە!!

هەموو شتێك باش بەڕێوە دەچوو، تا ئەوەی کە شەیمای خوشکم نەخۆش کەوتو لە نەخۆشخانە خەواندیان، پشکنینەکان ئەوەیان دەرخست کە شەیما تووشی شێرپەنجەی خوێن بووە، ئەم هەواڵە زۆر دڵتەزێن بوو، بە تەواوی خەم بوو بە میوانی هەمووان. سەرباری ئەوەش لەو ڕۆژە بەدواوە لە لایەن بنەماڵەی میهردادەوە باسی زەماوەند نەدەکرا، چاوەکانی دایکمو باوکم هەمیشە ئەسریناوی بوون، منیش زۆر دڵگرانو بێتاقەت بووم، لەوەش ناخۆشتر ئەوە بوو، میهرداد دوای ئەو مەسەلەیە ئیتر کەمتر خۆی دەردەخست.

- چییە میهرداد بۆ خۆت دوور دەخەیتەوە؟

هیچ نییە کەمێك گرفتارم، تۆش جارێ سەرت قاڵە!

کاتێك دکتۆرەکان لە چارەسەرکردنی شەیما نائومێد بوون، زۆر ناڕەحەت بووین، تەنها شتێك کە منی کەمێك دڵخۆش دەکرد، بوونی میهرداد بوو، کە ئەویش

ماوەیەك بوو خۆی بە دوور دەگرت. حەزم نەدەکرد منەتی بکێشم، بەڵام دەمویست هەڵوێستی ڕوون بکاتەوە. میهرداد ئەگەر لە هاوسەرگیری لەگەڵ مندا پەشیمانیت، پێم بڵێ؟

نا.. بەڵام.. خانەوادەکەم!

بەسەرسوڕمانەوە پرسیم: خانەوادەکەت چی؟

دەڵێن: کێ ناڵێت تۆش، یان خودا نەخواستە منداڵەکانمان....

لە مانای قسەکانی تێگەیشتم، ئەوان دەترسان کە من، یان منداڵەکان لە داهاتوودا دووچاری شێرپەنجە ببین. بە جۆرێکی تر، وایان بیر دەکردەوە کە شێرپەنجە لە خێزانی ئێمەدا بۆماوەییە. لەوانەشە ڕاستیان کردبێت، چونکە پوری دایکیشم ساڵانێك لەوەوپێش هەر بە شێرپەنجە کۆچی دوایی کردبوو، بەڵام تا ئەو کاتەی کە شەیما تووشی ئەو نەخۆشییە نەبوو، ئێمە گرنگیمان بەو بابەتە نەدابوو، بەڵام وا دیار بوو میهردادو خانەوادەکەی بیریان لە هەموو شتێك کردبووەوەو ئامادە نەبوون بەردەوام بن. ئەوان هەر دوای ئەوەی خوشکەکەم وەفاتی کرد، یەکسەر ڕایانگەیاند کە پەشیمان بوونەتەوە، مەرگی خوشکەکەمو پەشیمان بوونەوەی ماڵی میهرداد، خانەوادەکەمانی توشی شۆك کرد، بە تایبەتی من، لە هاوسەرگیری بێزار ببوومو باوەڕبەخۆبوونم لە دەست دابوو. بۆ بەدبەختیش، دایکی داماویشم دوای چەند مانگێك تووشی شێرپەنجە بوو، ئیدی هەر بەو نەخۆشییە بۆ دواجار ماڵاوایی لێکردین. بە مردنی دایکم، ورتە ورتی سەیرو سەمەرە لە نێوان خزمانو ناسراواندا بەرگوێ دەکەوت، هەمووان وا سەیری ئێمەیان دەکرد کە ئێمە خانەوادەیەکین هەموومان تووشی شێرپەنجە دەبینو دانە دانەمان لە ناو دەچین!

سەرنج بدەن لە بارودۆخێکی وەهادا، چ خوازبێنیکارێك ئامادەیە لە دەرگای ماڵت بدات؟ خەمی لە دەستدانی دایکمو خوشکەکەم لە لایەكو خەمی نادیاری ئایندەم لە لایەکی تر، زۆر بێتاقەتی کردبووم. حاڵم باش نەبوو، هەستم دەکرد ئایندەیەکی تاریك لەبەردەممدایە، هەوڵم دەدا خۆم بە خوێندنەوەو سەیرکردنی تەلەفزیۆنەوە سەرقاڵ بکەم، بەڵام مەحاڵ بوو، بتوانم فیلمێك تا کۆتایی ببینم، یان پەڕەی گۆڤارێك بە تەواوی بخوێنمەوە. حەزم دەکرد بخەومو چاوەکانم بە ڕووی هەموو شتێکدا دابخەم. حەبی خەوم دەخوارد، تا بتوانم بخەوم. وردە وردە کێشی لەشم زیادی کرد، ڕۆژێك سەردانی دەروونناسێکم کرد، ئەو پێی گوتم: دەبێت هاوسەرگیری بکەم، هاوسەرگیری دەتوانێت لەو بارە بتهێنێتە دەرەوە، قسەکانی مەنتیقی بوون، بەڵام لە دواییدا گوتی: مەترسەو هاوسەرگیری لەگەڵ کەسێکدا بکە، ئەگەرچی خێزانداریش بێت..

یانی ببمە ژنی دووەم؟

بەڵێ.. چ کێشەیەکی هەیە؟

هەموو گیانی کێشەیە، هەرگیز نابم بە هەوێی کەسێکی تر!

دەروونناسەکە کە پیاوێکی چلو حەوت ساڵان بوو، کەمێك بێدەنگ بوو، دواتر گوتی: کاتێك سوودی کارێك لە زیانی زۆرترە، نابێت نارازی بیت شەیدا خانم!

چەند جارێکی تریش چوومە لای ئەو دەروونناسە، بەڵام هەرچی کرد، نەیتوانی قەناعەتم بە بۆچوونەکانی پێ بکات. ڕۆژەکانم هەر ئاوا لێ دەڕۆیشت، تووشی دڵەڕاوکێ ببووم، وام لە خۆم گەیاندبوو کە منیش بە زوویی تووشی شێرپەنجە دەبم. بە بچوکترین ئازار وامدەزانی تووشی شێرپەنجە بووم، شەوانە خەوم بە فریشتەی گیان کێشانەوە دەبینی، دەمەوێت گیانم بکێشێت. هەموو ڕۆژێك چاوەڕێبووم کەسێك بێتو پێم بڵێت: تۆش تووشی شێرپەنجە بوویتو دەبێت خۆت ئامادەکەیت بۆ ماڵاوایی لەم دنیایە. مانگی جارێك دەڕۆیشتم بۆ لای دکتۆرو پشکنینیان بۆ دەکردم، هەموو ئەو کتێبانەی کە باسی شێرپەنجەیان دەکرد دەمخوێندنەوە.

لەم نێوانەدا کەسێك نەبوو پێم بڵێ، وا دە ساڵ بەسەر مەرگی دایكو خوشکەکەتدا تێپەڕیوەو تۆ هێشتا نەسیری وەهمەکانی خۆتیت. بەڵێ کەسێك نەبوو بە من بڵێ بڕیار نییە هەرکەس لە خێزانێکدا تووشی شێرپەنجەبوو، ئەوانی تریش تووش ببن، من لەبەرئەوەی چاوەڕێی مردنم دەکرد هیچ ئومێدێکم بە ژیان نەمابوو، تا ئەوەی کە شاهینم ناسی ئەو حەوت ساڵ لە من گەورەتر بوو، پێشتر شێرپەنجەی گرتبوو، بەڵام چاك ببووەوە، کاتێك باسی خۆی بۆ دەکردم کە چۆن توانیویەتی زاڵ بێت بەسەر نەخۆشییەکەیدا زۆر خۆشحاڵ دەبوومو باوەڕبەخۆبوونم زیاتر دەبوو، ورەی پێدەبەخشیم، حەزم دەکرد بە چەندەها سەعات گوێ لە قسەکانی بگرم.. زۆر حەزم دەکرد شاهین خوازبێنیم لێ بکات، بەڵام ئەو هیچی نەدەگوت، تا خۆم دەستپێشخەریم کردو گوتم: شاهین من وا دەزانم کە منو تۆ دوو هاوسەری گونجاوبین بۆ یەکتری؟

سەرەتا بێدەنگ بوو، پاشان گوتی: لە ڕاستیدا منیش زۆر بیرم لە تۆ کردۆتەوە، بەڵام، دەترسم!

بەسەرسوڕمانەوە پرسیم: لەچی دەترسیت؟

لە داهاتوو، ئەگەر خوا نەخواستە لە ناکاو ئەو نەخۆشییە یەخەی پێ گرتیت من چی بکەم؟

لەوانەیە هەرگیز نەیگرم، هەروەها تۆ خۆ جارێك ئەو نەخۆشییەت گرتووەو ئیرادەیەکی پۆڵاینت هەیە، ئەو کات ئەگەریش تووش بووم تۆ یارمەتیم دەدەیت کە ڕووبەڕووی ببمەوە!

نا.. ئیتر ناتوانم.. توانام نەماوە..

وەڵامەکەی شاهین وای لێکردم کە ئەو باوەڕبەخۆبوونەی کە تازە بۆم دروست ببوو، دووبارە لە دەستی بدەمەوە، هێشتا وا هەست دەکەم ژیانم بێهودە لە دەست داوە، بێئەوەی کە هیچ تاوانو گوناهێکم هەبێت، ژیانم ئاوای لێهاتووە!

بیروڕای دەروونناسان سەبارەت بەم بابەتە:

شەیدا پێش ئەوەی بە تاوانی کەسی بزانێت، تاوانی خۆی بووە، کە تەمەنێك خۆی بەستۆتەوە بە وەهمو خەیاڵی پڕوپوچو بێماناوە. لە جیاتی ئەوەی ژیرانەو مەنتیقی بیر بکاتەوەو ڕاستییەکان بەو شێوەیە ببینێت کە هەیە، هەمیشە لە بەرامبەر کێشەکاندا کەسێکی ڕووخاوەو کێشەکانی ئەوەندەیتر لە خۆی گەورە کردووە.

شەیدا هێشتا کاتی هەیە بۆئەوەی ئایندەی خۆی دروست بکات، بە مەرجێك واز لە وەهمو خەیاڵی پوچو بێمانا بهێنێتو باوەڕی بە خۆی هەبێتو ڕووبەڕووی کێشەکان ببێتەوە، دەبێت ئەوە بزانێت کە ژیانو مردن لە دەست خودادایەو کەس مافی ئەوەی نییە، پێشبینی مردنی خۆی بکاتو پێش مردنی، پرسە بۆ خۆی دابنێت!

سەرچاوە/ روزهای زندگی

دوای تەڵاق

تەنها یەك هەڵەم كرد لە ژیانی هاوسەریمدا، هەموو ژیانمی تێكدا!



حەوت ساڵ بەسەر ژیانی هاوسەرداری منو مەحموددا تێپەڕیبوو، كە ناكۆكییەكانی نێوانمان دەستیپێكرد، ئێستاش كە ساڵانێك بەسەر ئەو ڕۆژانەدا تێدەپەڕێت، ڕاستگۆیانە بڵێم؛ هۆكاری جیابوونەوەی منو مەحمود تاوانی من بوو!

من لە خانەوادەیەكی هەژارو كەمدەرامەت، گەورە ببووم. ساڵانێك بوو بەڵێنی پەیداكردنو دەوڵەمەندبوونم لە مەحمود دەبیست، بەڵام هیچ ئەنجامێك بۆ دەوڵەمەندبوونمان دەرنەكەوت. بێویژدانییە ئەگەر بڵێم؛ مەحمود هەوڵی خۆی نەدەدا، بەڵام من زیاتر لەوەم چاوەڕێ دەكرد، چونكە لە پێش هاوسەرگیریمدا ئەوەندەم ناڕەحەتی چەشتبوو، كە ئیدی توانای قبوڵكردنی هەژاریو كەمدەرامەتیم نەمابوو..

بە هەرحاڵ گلەییەكانی منو هەوڵەكانی مەحمود، هیچ بەرهەمێكی نەبوو، ڕۆژێكیان شەیتان ختوكەی دام و سەد دۆلارم لە گیرفانی هاوسەرەكەم دەرهێنا...

یەكەمجار بوو دەستم بەو كارە كرد، تەنها بۆ ئاگاداركردنەوەی ئەو بوو، چونكە وام دەزانی كە مەحمود هەوڵی پێویست نادات بۆ ژیانی هاوبەشمان، ئەو وای دەزانی لە شوێنێك ئەو پارەیەی ون كردووە، هەرگیز گومانی لە من نەبوو كە ئەو كارەم كردبێت، تا هەفتەی دواتر كاتێك كە بڕێكی دیكە پارەم لە گیرفانی دەرهێنا، بەڵام ئەمجارەیان گومانی لێكردم، بە هەڕەشە لێكردن توانی وام لێ بكات دان بە هەڵەكەمدا بنێم، گوتم؛ بەڵێ هەر دووجارەكە من پارەی گیرفانی تۆم دەرهێناوە، بەڵام داوای لێبوردنم لێكردو بەڵێنم دایە كە هەرگیز ئەوە دووبارە نەبێتەوە، لە دوای ئەو ڕووداوەوە هەرچیم دەكرد نەمدەتوانی دڵی مەحمود بە دەست بهێنمەوە، دوای تێپەڕبوونی یەك دوو مانگ بەسەر ئەو ڕووداوەو هێنانو بردنی لێكۆڵینەوەو سكاڵاكانمان، سەرەنجام كارمان بە دادگا گەیشتو پاش چەند دانیشتنێكی دادگا بە جیابوونەوەمان كۆتایی هات..

دوای ئەوەی بە تەواوی لەگەڵ مەحموددا جیابوومەوە، ژیانێكی نوێم لە بارودۆخێكی تایبەتیدا دەستپێكرد. هەوڵم دا، ژیانێكی سەربەخۆو تەنها ببەمە سەر، حەزم دەكرد بە ئازادیو تەنهایی لە بیری ژیانی خۆمدا بم.

هێشتا چوار مانگ بەسەر جیابوونەوەی منو مەحموددا تێنەپەڕیبوو، ئەو پێنج سكەیەی كە لە بری مارەییم وەرمگرتبوو، هەمووی تەواو بوو. لەبەرئەوە ناچاربووم كە لە بیری ئایندەی خۆمدا بم، چەند جار بۆ پەیداكردنی كارێكی گونجاو ڕۆیشتم بۆ چەند كارگەیەك، بەڵام كەمی موچەو هەوڵدانی هەندێ لە بەڕێوەبەرەكان بۆ ئەوەی كە بۆ مەبەستی تایبەت بەكارم بهێنن، منی ناچار بە وازهێنان دەكرد.

زۆر بێزاربووم، نەمدەزانی دەبێت چی بكەم، شەوو ڕۆژ لە بیری ڕێگەچارەیەكدا بووم بۆ ڕزگاربوونم لەو بارودۆخە ناهەموارو ناخۆشەی تێی كەوتبووم، بەڵام هەستم دەكرد هەموو دەرگاكان لەسەرم داخرابوون.

لەو كاتەدا بوو، شەیتان ختوكەی دەدامو بیرم دەكردەوە كە دەبێت تۆڵە لە مەحمود بكەمەوە، چونكە ئەوم بە هۆكاری هەموو بەدبەختییەكانم دەزانی، لە دڵی خۆمدا دەمگوت ئەگەر مەحمود پیاوێكی ڕەزیلو چروك دەبوو، ژیانو گوزەرانی منی بە باشی دابین دەكرد، ئەوا من ناچار نەدەبووم دزی لە گیرفانی ئەو بكەم، ئەو كات ژیانی هاوبەشمان تێك نەدەچوو، یان ڕوونتر بڵێم خانەو لانەم لێ تێك نەدەچوو!

بە هەرحاڵ، هێشتا ساڵێك بەسەر جیابوونەوەماندا تێنەپەڕیبوو، كە چەند داواكارێكی ئەنتیكەم هەبوو، لەگەڵ ئەوەشدا هەمیشە خەمم بۆ ژیانو بەدبەختی خۆم

دەخوارد، لە دڵی خۆمدا دەمگوت، بیرم لە چی دەکردەوەو چی ڕوویدا!

ڕاستی لەو ڕۆژەوەی کە لە مەحمود جیابوومەوە، بیرم دەکردەوە، کە تەنها هاوسەرێکی دەوڵەمەند بە کەڵکی من دێت، تا خۆشبەختم بکاتو ژیانو خۆشگوزەرانی بۆ من بگێڕێتەوە، بەڵام تێپەڕینی ڕۆژگار فێری کردم کە تەنها یەك هەڵەم کرد لە ژیانی هاوسەریمدا، هەموو ژیانمی تێکدا!

هەموو ئەو کەسانەی دەهاتن بۆ خوازبێنیم، سەرەڕای ئەو بارودۆخە نارەحەتەی کە تێیدا بووم، ڕەتم دەکردنەوەو ڕازی نەدەبووم، لە بیری داواکارێکی باشتردا بووم، کاتێك ئەو کەسەی من لە خەیاڵی خۆمدا وێنام کردبوو، هاتە داوام، ئەو کەسێکی خانەدانو بەڕێز بوو، بە وتەی خۆی ئەویش لەگەڵ من هاودەرد بوو، چونکە لە پرۆسەی یەکەمی هاوسەرگیریدا سەرکەوتوو نەببوو. واتە: خێزانی یەکەمی تەڵاق دابوو، بۆ پەیداکردنی هاوسەرێکی باش کە بتوانێت بە خۆشیو شادی لەگەڵیدا بژی عەوداڵ بوو.

بەختیار زۆر سوور بوو لەسەر ئەوەی لەگەڵ مندا هاوسەرگیری بکات، تەنها یەك مەرجی هەبوو، ئەویش ئەوەبوو کە بزانێت بۆچی لە هاوسەری یەکەمم جیابوومەتەوە؟!

لە ڕاستیدا منیش وەڵامی ئەو پرسیارەم بە ڕوونی نەدەدایەوەو هەمیشە دەستیم پێ دەکردو خۆم لە پرسیارەکەی دەدزییەوە، لە بەرامبەردا بەختیار دەیگوت: ئەگەر وەڵامی ئەو پرسیارە بۆ تۆ سەختە، ئەوا ناونیشان، یاخود ژمارە تەلەفۆنی هاوسەری پێشووتم پێ بدە، تا لەو بپرسم، خۆم توانای وەڵامدانەوەی ئەو پرسیارەم نەبوو، بەڵام متمانەم بە مەحمود هەبوو، دەمزانی ئەو کەسێکە ئەمانەت دەپارێزێت و ئابڕووبەر نییە، ئەو گرفتەی کە بوو بە هۆی جیابوونەوەمان، بە هیچ کەسی نەگووتبوو، لەبەرئەوە بڕیارم دا، کە ناونیشانی شوێنی کارەکەی بە بەختیار بڵێم.

سێ ڕۆژ دوای ئەوە، بەختیار زۆر بە تووڕەییەوە هاتەوە بۆ لامو هەرچی لە دەمی هاتەدەر پێی گوتم، لە لایەك گێژو شێواوو حەپەسا بووم، لە لایەکی دیکە شەرمەزار بووم، بەشێوەیەك کە نەمدەتوانی سەرم بەرز بکەمەوە، کاتێك بەختیار کەمێك ئارام بووەو بێدەنگ بوو، ئیدی منیش غیرەتم پەیدا کردو گوتم: چی بووە، کە ئەو تۆمەتە گەورەیە دەخەیتە پاڵ من؟!

کە[illegible]ێك بە تۆ شتێکی گوتووە؟

زەردەخە[illegible]ەیەکی کردو گوتی: لەو بڕوایەدا بووم هاوسەری پێشووت کەسێکی بێدینو بێویژدان بێت، دەتەوێت کەسێکی دیکە بەدبەخت بکەیت! دوای مەحمود؟

ئەمجارەیان زۆر بە ماتیو سەرسامی گوتم: بەختیار، لە وەڵامدا گوتی: بەڵێ خاتوو میهناز، مەحمود هەموو شتێکی بە من گوت، چونکە لەو بڕوایەدا بوو، کە پێکەوەژیانی دوو کەس، پێویستە هەر لە سەرەتاوە هەموو شتێکی یەکتر شارەزا بنو هیچ شتێکی شاراوە لە نێوانیاندا نەبێت، نەك دوای یەك دوو ساڵ لە پێکەوە ژیان، نهێنییەکانی یەکتری بزانن و ئەو کات سەرەنجامیان بە جیابوونەوە بگات!

وتم: بەڵام ئەم بابەتە نهێنی نێوان منو مەحمود بوو!

بەختیار: لە ڕاستیدا مەحمود باشترین کاری ئەنجام دا، دوای گوتنی ڕاستییەکە، بڕیاری دایە دەست خۆم، تا قەرزاری منو ژیانی تۆ نەبێت، ئەو نانی حەڵاڵی خواردووە، (شیری پاکی خواردووە).

- سەرم دانەواندو وەڵامی قسەکانی بەختیارم نەدایەوە، سەرم گێژی دەخوارد، نەمدەتوانی لەسەر قاچەکانم ڕابوەستم، نوقمی خەیاڵات بووم، بە جۆرێك ئاگام لە دنیا نەما، بە دەنگی بەختیار هاتمەوە سەرخۆ!

- هەڵبەت مەسەلەی منو مەحمود جیاوازییەکی گەورەی هەیە، یەکەم کە مەحمود پارەو سامانی ئەو تۆی نەبوو، من بارودۆخو گوزەرانم زۆرباشە، دووەمیش ئەوەی کە تۆ تەنها دووجار پارەت بردووە لە گیرفانی مەحمود، دوای ئەوە هەموو ئەو ماوەی کە بە تەنها ژیانت گوزەراندووە، تا ئەو جێگەی من پرسیاری زۆرم لە بارەوە کردووە، هیچ کارێکی خراپت ئەنجام نەداوەو ئافرەتێکی بەڕێزو بە حورمەت بوویتو کەسێك هیچ وشەیەکی خراپی لە بارەی ئاکاری تۆوە نەگوتوە!

- ئیدی دڵم کەمێك ئارام بووەوەو چاوەڕوانی بەردەوامی قسەکانی بەختیار بووم، ئەویش درێژەی بە قسەکانیداوگوتی: بە پرسو ڕاوێژ لەگەڵ هاوسەری پێشووتدا، بڕیارمدا ببیت بە هاوسەرو هاوبەشی ژیانم، تا بە پشتیوانی خودای گەورە، ژیانی نوێی هاوبەشمان دەست پێ بکەینو بیرەوەرییە تاڵەکانی ژیانمان لە بیر بکەین!

ئەمڕۆ: کە چیرۆکی ژیانی خۆم بۆ ئێوەی ئازیز دەنووسمەوە، ساڵانێك بەسەر ژیانی هاوبەشماندا تێپەڕیوە، بچووکترین هەڵەم بەرامبەر بەختیار ئەنجام نەداوەو ژیانێکی پڕ ئاسوودەییو کامەرانی بەڕێ دەکەین!



و: ئیمان ناصح

٥٠ ساڵ خۆشەویستی

ڕۆژی ساڵیادی هاوسەرگیرییان پیرۆز کرد، ژنو پیاوێکی بەساڵاچووی بەختەوەر. پێکەوە چوونە سەر مێزی نانی بەیانیو دانیشتن..

لەو کاتەدا ئافرەتە بە ساڵاچووەکە بیری کردەوەو بە خۆی گوت: پەنجا ساڵە حەزم لە قەراغی نانە بیخۆم، بەڵام لەبەر هاوسەرەکەم نەمخواردووە، هەمیشە بیرم لە ئەو کردۆتەوە، چونکە دەزانم زۆر حەزی لێیەتی، بەڵام هیچ نەبێت با من ئەمڕۆ بتوانم تامێکی بکەم!

بە دەم ئەم بیرکردنەوانەوە ناوەڕاستی نانەکەی بە پەنیرو کەرە چەور کردو خستییە بەردەم هاوسەرەکەیو قەراغەکەشی بۆ خۆی دانا!

بە پێچەوانەی بیرکردنەوەی ئەوەوە، هاوسەرەکەی بەو کردارە زۆر دڵخۆش بوو، دەستی خێزانەکەی ماچ کردو پێی گوت: خۆشەویستەکەم ئەمڕۆ گەورەترین دڵخۆشیت پێدام، پەنجا ساڵە ئەو بەشە نەرمییەی نانم نەخواردووە کە چەندە حەزم لێی بووە، دەمزانی تۆ حەزت لێیەتی، بۆیە هەمیشە دەمویست تۆ بیخۆیت!

سەرچاوە: گۆڤاری zafer

جەژن لە نێوان دوێنێ و ئەمڕۆدا

هەرچەندە دەڵێن: مرۆڤ بۆیە هەمیشە یادی ڕابوردووی دەکاتەوەو یادگارییەکانی لا شیرینە، چونکە ڕابوردوون‌و ئیتر دووبارە نابنەوە، خۆ ئەگەر ئێستا ڕوویان بدایە، هێندە تامەزرۆی نەدەبوو. بەڵام ئەم هۆکارە بە گونجاو نازانم، چونکە ڕابوردوو - بەتایبەت یادگارییە خۆشەکان- هەندێجار هێندە لە دڵ شیرینن، لە بەراوی تەمەندا دەنەخشێنرێن‌و بە ئاستەم لەبیر دەچن.

یەکێک لە ڕۆژە خۆشەکانی ژیان، ڕۆژانی جەژنە، بە تایبەت جەژنی ڕەمەزان، کە لە نێو دڵی هەمواندا، جێگایەکی تایبەتی هەیە!

دەنگی «الله اکبر»و بۆن‌و هەڵمی پڵاوو گۆشتو جل‌و بەرگی ڕازاوەو جەژنانەو سەردان‌و پیرۆزبایی.. چەند دیمەنێکن لە بەراوی دڵدا تۆمارن‌و مرۆڤ ناتوانێت فەرامۆشیان بکات.

ئەو کات هەموو شتەکان سادە بوون، بەڵام زۆر شیرین بوون.. هەموو ئەو شتانە تامێکی تایبەتیان هەبوو.

ئەوساژیان -بەهەموودیمەنەکانییەوە- لە ئێستا جودا بوو!

نازانم بۆچی هەموو ئەو خۆشییانە کاڵبوونەوە!؟

ئەوسا خەڵك هەژار بوون، جەژناوجەژن پلاوێکی چەوریان دەخوارد.. جارێك ئەگەر بیانتوانیبا دەستێك جلی جوان بکڕن، بەڵام لەنێو لاشەی لاوازو بەرگی سادەو نیمچە کۆندا، دڵێکی سپی هەمیشە نوێی هەمیشە بەهار دەژیاو مرۆڤەکان بەرامبەر یەکتر، ناخیان وەکو هەوری ئاسمان، سپی بوو.. هەستیان لە پەڕەی گوڵ ناسکتر بوو.. یەکتریان خۆش دەویستو حەزیان دەکرد هەموویان پێکەوە هاوبەشی خۆشی‌و ناخۆشی یەکتر بن.

ئەو کات مرۆڤەکان وەکو ئەمڕۆ، باوەشیان نەکردبوو بەدنیادا، کاتیان هەبوو بۆ سەردان‌و دانیشتن‌و یەکتر بەسەرکردنەوە، وەکو ئەمڕۆ هێندە جەنجاڵ نەبوون، کە کاتیان نەبێت بۆ چەند ساتێك لێل خۆشیاندا چرپەیەك بکەن!

ئێستا ڕەنگی شتەکان بزرکاون، تامی بۆنەو جەژنەکان، وەکو تامی ئەو میوانەی لێهاتووە، کە ڕەنگیان جوانە، بەڵام تامی میوە خۆشەکانی جاران نادەن!!

خۆشەویستان.. ژیانمان بەرهەمی دەستی خۆمانە، ئەو کات ژیانی خۆمان کردبووە بەهەشتۆکەیەك، بەڵام ئەمڕۆ بەدەستی خۆمان کردوومانە بە دۆزەخ !!

کەواتە: بۆچی هەر بۆ کۆنەهەوار بگرین‌و وێڕای ئەو هەموو نازونیعمەتەی لەبەر دەستماندایە، ئاوات بە نان‌و ئاوێکی سەردەمی زوو بخوازین‌و ژیانی هەژاری ئەوسامان پێ خۆشتر بێت لە دەوڵەمەندی ئێستا؟!

ئازیزانم: ئێمە دەتوانین تامی خۆشی ژیان بگێڕینەوە، ئەگەر بە دیدێکی گەش‌و بەدڵێکی پاك‌و هەستێکی پڕمیرو بەزەییەوە، لەیەکتر نزیك ببینەوەو چیتر تەنها بۆ خۆمان نەژین‌و لەچوارچێوەیەکی تەسکدا ژیان بەسەر نەبەین.

ئەگەر وا نەکەین، ئەوا بە دەستی خۆمان، زیندانێکی گەڕۆك بۆ خۆمان دروست دەکەین‌و ئەوکاتەش ئۆتۆمبیلی نایاب‌و ڕەزو باخی فراوان‌و کۆشك‌و تەلاری بەرز، ئاسوودەیی نابەخشن بە دڵەکانمان.

دەبا ئاوڕێك لە ڕۆح‌و هەستو دڵەکانمان بدەینەوە، چونکە ئەوان بە دەستی ئێمەوە زۆر ماندوو بوون.

هەموو ڕۆژێکتان جەژن بێتو هەموو جەژنێکیشتان هەر شادی بێت.

جەژنی ڕەمەزانتان پیرۆز

شێخانی